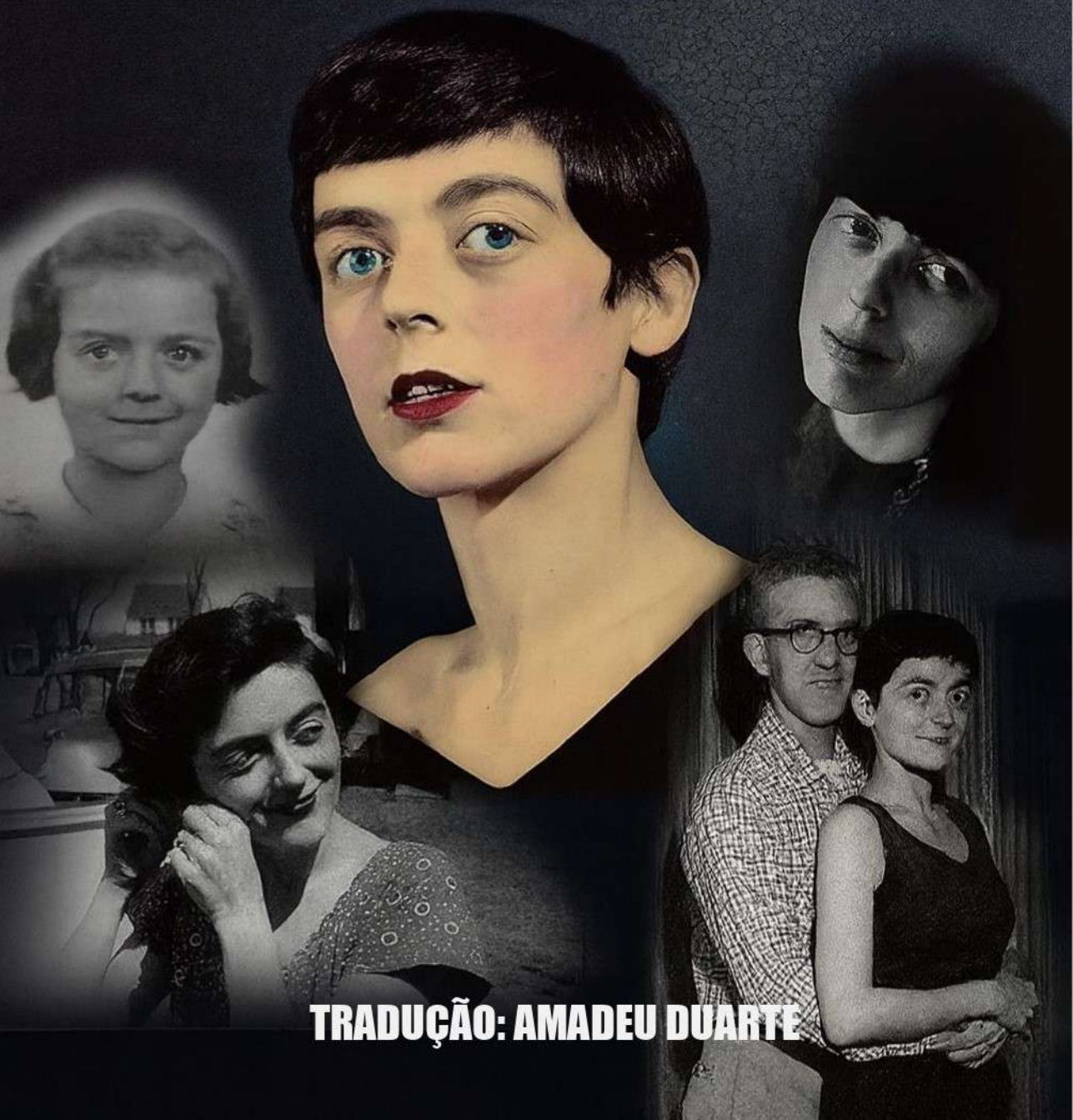
UM LIVRO SETH

NUNCA ANTES PUBLICADO

AS SESSÕES PESSOAIS

LIVRO CINCO



TRADUÇÃO: AMADEU DUARTE

SESSÕES PESSOAIS 5
THE PERSONAL SESSIONS
Livro 5 de
The Deleted Seth Material Sessions
30/08/78–10/12/80

© 2005 por Robert Butts
Publicado por New Awareness Network Inc.
New Awareness Network Inc.
P.O. Box 192
Manhasset, New York 11030

As opiniões e declarações sobre questões de saúde e medicina expressas neste livro são da autoria do autor e não são necessariamente as do editor, nem por este endossadas. Essas opiniões e declarações não devem ser tomadas como substituto de uma consulta com um médico devidamente licenciado.

Design da capa: Michael Goode
Fotografia: Fotos da capa por Rich Conz e Robert F. Butts, Sr.
Edição: Rick Stack
Tipografia: Raymond Todd, Michael Goode

Dedico The Personal Sessions à minha esposa, Jane Roberts, que viveu os seus 55 anos com a maior criatividade e a mais valente coragem.
— Rob

Nota: Neste ebook, Rob Butts por vezes remete o leitor para rever material em páginas específicas. Essas referências aplicam-se apenas à numeração de páginas da edição comercial em formato trade paperback deste livro.

SESSÃO APAGADA

30 de Agosto de 1978

(*Hoje dei uma olhada num livro da Time-Life sobre as antigas civilizações das Américas – astecas, incas, mixtecas, etc. – e mais uma vez fiquei impressionado com as suas incríveis habilidades em termos de arquitetura, escultura, tecelagem, astronomia, etc.*) Descrevi o que tinha lido para a Jane e, mais tarde, ela deu uma vista de olhos em alguns dos materiais.

Discutimos os factos surpreendentes de que as civilizações americanas existiram durante séculos em simultâneo com as europeias e as do Extremo Oriente, mas cada uma totalmente isolada da outra. Poderiam muito bem ter existido em planetas diferentes.

(*Essa ideia fez-me lembrar uma que tenho mencionado com bastante frequência à Jane ultimamente, sobre ver o noticiário na TV – um hábito recente que, ao que parece, vamos abandonar em breve. Mas achei que, pelo menos, se aproximava da ideia do Seth sobre o tempo simultâneo: ver transmissões coloridas de diferentes zonas do mundo todos os dias e depois manter mentalmente todas essas ações, especialmente os cenários de fundo, na mente de uma só vez, visualizando-as como acontecimentos simultâneos em diferentes lugares do planeta.*)

(*Depois, quando víamos o noticiário enquanto jantávamos na mesa do café, depressa achávamos o caos e os crimes relatados pelos apresentadores tão deprimentes que mudávamos de canal para um programa inócuo do Mod Squad, com vários anos, embora aqueles cenários coloridos – Nicarágua, Israel, Rússia, etc. – continuassem a ser tão fascinantes. Mas eu via semelhanças, claro, entre aqueles vários eventos noticiosos a acontecerem em partes distantes da Terra hoje e a ideia de que as civilizações americana e europeia existiam há tanto tempo no mesmo planeta, mas eram completamente desconhecidas umas das outras.*)

(*Acho que, inicialmente, a Jane decidiu não ter uma sessão esta noite, pois perguntou-me se eu "preferia trabalhar durante uma hora". Mas mudou de ideias, obviamente; então, às 21h25, disse-me que sabia sobre o que* o Seth *iria falar: "A consciência horizontal".*)

Ora bem: Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Tu tens lido sobre as antigas civilizações americanas. Elas eram altamente sofisticadas, bem organizadas, completas em si mesmas. Os dois continentes eram bastante extensos em termos de território e, mesmo assim, cada um era amplamente isolado do outro. O mesmo tipo de situação ocorreu em todos os outros continentes durante vários períodos históricos. Durante inúmeros séculos, vocês tiveram civilizações 'sofisticadas', únicas e autossuficientes, centros intensificados situados em territórios naturais privilegiados, mas completamente desconhecidos uns dos outros, com milhares de quilómetros de terra selvagem entre eles, explorada apenas pelos mais ousados. Há muitos desses vestígios ainda enterrados e, à medida que as mudanças na Terra aconteceram, muitos foram completamente ocultados – e, mesmo assim, podem 'aparecer' novamente num grande futuro, à medida que outras transformações na Terra ocorrerem.

Essa gente estava a usar a sua consciência de uma determinada forma. Por causa do seu isolamento, eram muitas vezes bastante especializadas. Os traços e as características raciais eram exagerados de acordo com os seus padrões, por causa da consanguinidade necessária. Esses grupos originaram-se no seu próprio passado quase esquecido, quando tribos errantes se reuniram e se juntaram para apoio e proteção mútuos. A criação da sua variedade particular de realidade cultural é bastante complexa e uma conquista única. Essas pessoas só tinham de lidar com a sua própria civilização fechada, pois a mente consciente, nos termos desta discussão, não poderia estender-se como é habitual agora.

Ela não podia suportar o peso da comunicação para além dos seus próprios limites. O seu foco era nítido, claro e contido. Grupos de pessoas aprenderam a dar-se bem juntos. Desenvolveram artes e ciências, religiões – mas era como se não existissem outras pessoas. Só tinham a si próprios em consideração. As grandezas e os desastres dessas civilizações eram contidos. Nenhuma grande ideia se espalharia de civilização para civilização; nenhuma guerra saltaria de terra em terra. Isso não significa que não houvesse semelhanças nos conceitos religiosos, nas formas de arte ou em qualquer outra coisa, pois cada nível de consciência tem as suas próprias características, que se manifestam em todas as suas obras.

Desde então, e de forma acelerada no vosso tempo, os métodos físicos de transporte e comunicação tornaram-se os principais pedestais sobre os quais as civilizações repousam. A consciência tornou-se mais horizontal

nesse aspeto. Ela precisa de absorver e assimilar os dados existentes numa quantidade de espaço muito maior do que antes.

Tu estás ciente do que está a acontecer em todo o mundo, digamos, nesta noite. Assististe aos eventos na televisão. Tens de reagir, portanto, a eventos dos quais os teus antepassados nunca teriam tido consciência da mesma forma. A tua sala de estar estende-se horizontalmente no espaço no que diz respeito à tua consciência. Não há isolamento dessa forma antiga. Isso significa que a consciência deve, e está, a aprender novas manipulações. As pessoas são forçadas a olhar para além das suas próprias famílias, cidades e até países, para essa arena claramente iluminada do mundo.

Um governante não pode tomar as suas decisões apenas com base em eventos nacionais, mas deve ter em conta os internacionais – e de forma mais direta, digamos, do que há dez anos. Os desastres já não são localizados ou contidos. A consciência privada é forçada a lidar com os eventos mundiais de uma forma completamente nova em termos históricos. É uma época de turbulência – mas é uma época de turbulência em parte porque a consciência está disposta a expandir-se dessa forma específica."

"O processo de aprendizagem está, de facto, a ser acelerado, embora a enxurrada de estímulos possa ser muito desconcertante. É a linha oficial da consciência que se tornou horizontal mas, ao fazê-lo, também abriu questões para as quais, de outra forma, estaria cega – e, devido ao seu foco, os vossos eventos noticiosos, claro, mostram apenas um lado do quadro. Essa imagem, no entanto, oferece uma espécie de exagero, mostrando à linha oficial da consciência um espelho que ela deve achar muito desagradável. Essas comunicações, contudo, em geral, têm um grande potencial, pois mesmo sem querer enfatizam a unidade do planeta – e a própria consciência esforça-se por resolver os problemas numa base diferente da anterior.

Naqueles tempos antigos, que mencionei anteriormente, uma civilização não se importava minimamente com outra cuja existência fosse conhecida. Uma não dependia da outra. Agora torna-se evidente que uma guerra, ou quase-guerra, num país é uma ameaça para todos os outros, e a consciência do homem, no nível que estamos a discutir, está a lutar para alcançar uma preocupação planetária, um senso de equilíbrio da vida.

A linha oficial da consciência enfatiza as suas próprias filosofias. Nenhuma imagem de televisão mostra as tardes silenciosas passadas por

um artista que será considerado grande amanhã, nem enfatiza a vitalidade da vida que é responsável pela existência dos aparelhos de televisão, para começar. Essas coisas, infelizmente, tu tens de lembrar por ti mesmo.

No passado, as traições nos governos, na política ou na religião eram ocultas. Hoje não há mais traições do que nunca houve, mas a traição no teu tempo raramente pode permanecer privada. E, devido às vossas comunicações, parece estar em toda a parte. Antes havia guerras, ameaças e desastres, mas as pessoas em países seguros não eram confrontadas diariamente com essas outras realidades, de modo que a consciência assumiu essa oportunidade e esse fardo adicionais, pois cada pessoa, em geral, está muito mais ciente do que se passa em outros cantos do mundo – os nativos do local mais remoto têm transistores.

Essa barragem tem como objetivo levar a consciência, na sua posição oficial, quase ao desespero, para que abra outras portas de perceção e se estenda aos reinos intuitivos, dando a si mesma uma maior perceção e fornecendo 'uma faixa extra' de comunicação – a fusão das habilidades 'psíquicas' inatas do homem com a sua consciência normalmente sintonizada. O esforço, então, visa libertar outro tipo de inteligência para a qual o homem está intrinsecamente equipado.

Espero que isto seja pelo menos uma resposta parcial a algumas das reflexões incómodas do Ruburt e às tuas próprias. Fim da sessão, a menos que tenhas perguntas.

("Esta tarde estava a perguntar-me como o Jim Poett se estava a sair – não quando o artigo será publicado [no Village Voice], mas o que ele acha do que está a fazer.")

Há um ponto que me esqueci de mencionar. Em certos termos, o Ruburt estava em contato com os seus pais na outra tarde. As suas imagens, contudo, eram construções criativas, mas a comunicação em si era válida. Infelizmente, também foi um exemplo do que acontece quando a linha oficial da consciência entra no estado de sonho, pois o Ruburt apercebeu-se de que o seu pai estava morto e, nesse nível, decidiu que ele não poderia estar aqui.

O Poett ficou bastante encantado comigo (divertido), mas a história não é de abalar a Terra, e por algum tempo outros ficaram à frente dele. O caso envolveu uma aprendizagem para o Poett, pois ele lutou com muitos conceitos e contrapartes de si mesmo, já que quer ser jornalista, embora não tenha utilidade para isso ao mesmo tempo.

Fim da sessão."
("Obrigado.")

SESSÃO ELIMINADA

6 de Setembro de 1978

(*Não houve sessão na noite de segunda-feira. Em vez disso, trabalhámos no índice do Volume 2 de "Realidade Desconhecida"*.)

(*Ontem à noite, a Jane passou duas horas exaustivas a tentar falar com um jovem, o Stuart, que nos telefonou sem avisar por volta das 21 horas. Ele sofria ataques de 'mágicos' que lhe estavam a roubar energia: 'placas' de energia estavam a ser retiradas do seu peito em camadas, até que ele temia que o seu interior ficasse exposto. Também era perseguido por pessoas em carrinhas com antenas – queriam cloná-lo.*)

(*O Stuart tinha 23 anos, estava meio incoerente, sujo, abatido e, aparentemente, era um caso patético. Como alguns outros que vimos, estava tão preso à sua realidade que era praticamente inacessível. Ele vivia de um programa suplementar de segurança social do governo para aqueles que não se podem sustentar por si próprios – muito astuto, pensei. Não tinha lido quase nada do que a Jane tinha escrito e perguntei-me por que razão a tinha procurado. Nunca ouvi a Jane dar um conselho melhor, embora duvidasse que uma conversa fosse mudar muito os hábitos de uma vida inteira.*)

(*O episódio perturbou a Jane consideravelmente – mais do que imaginava, a princípio. Não apenas pelo tempo perdido e pelo provável esforço inútil, mas porque, enquanto falava, sabia que dizia coisas que também se aplicavam a ela. "Tens de virar o teu mundo de cabeça para baixo", disse ela ao Stuart. "Se não gostas da realidade que criaste, muda o teu foco. Dá a ti mesmo a oportunidade de usar a tua própria energia criativa…". Depois que o Stuart finalmente se foi embora, para ficar na YMCA, a Jane entrou na cozinha, melhor do que eu a tinha visto há algum tempo. Dormiu de forma irregular, pensando nele com frequência sempre que acordava. Falou sobre ele hoje. Perguntámo-nos o que ele estaria a fazer hoje. Ele falava em ir para norte ou voltar para São Francisco, onde tinha visto helicópteros mudarem as suas rotas no céu para voarem diretamente para ele.*)

(*Às 20h30 desta noite, recebemos a nossa resposta. O Stuart estava de volta à nossa porta da frente. Recusei-me a deixá-lo entrar. Tinha lavado o rosto e parecia mais fresco. Disse-me que nas últimas cinco horas tinha acontecido algo que temia há toda a sua vida: tinha perdido o resto da sua energia. O seu eu interior ficou exposto e vulnerável. No entanto, caminhou os três quilómetros até nossa casa, vindo da YMCA, pensei ironicamente. A sua história mostrava que os esforços de a Jane na noite anterior tinham sido, em grande parte, inúteis. Disse-lhe que a Jane não o podia ajudar, que não tínhamos tempo. Ele aceitou docilmente e deu-me o seu endereço em São Francisco. Foi-se embora, e a Jane ainda teve o impulso de me pedir para lhe telefonar de volta numa nova tentativa de o ajudar. Disse que não, de qualquer forma. O Stuart não sabia quando deixaria a cidade, então disse-lhe que deveria voltar para os seus amigos na Califórnia. Ele disse que provavelmente voltaria.*)

(*Hoje recebemos uma carta muito perturbadora da Sr.ª Bowman. Ela está a vender a sua casa e a deixar o vale; tem um quadro que lhe dei anos atrás e quer que eu o recupere, então provavelmente a Jane e eu faremos a viagem até Athens, PA, este domingo. A Sr.ª Bowman foi a minha professora de arte no ensino secundário. Emprestou-me o dinheiro para ir para a escola de arte na cidade de Nova Iorque. Paguei-lho com o meu salário no Comando de Transporte Aéreo, quando fui convocado para o serviço militar na Segunda Guerra Mundial.*)

Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Ora bem: temos um jovem que se sentia sem importância, sem estatura ou capacidade — o tipo de pessoa que se perderia numa multidão. Agora temos um jovem que é muito importante. Ele é tão importante que outros o perseguem psiquicamente. As suas habilidades e poderes são tão grandes que outros, aparentemente agora, tentam roubá-los dele. Longe de viver uma vida sem cor, ele vagueia pelo país, em meio a uma emocionante perseguição psíquica, perseguido por mágicos, poderes malignos e o mais sofisticado armamento de corporações gigantescas e do governo.

Ele não tem um emprego das nove às cinco. Está constantemente em meio a um drama, fugindo para salvar a própria vida. O sistema apoia-o, e não o faria noutras circunstâncias. Tem algum sustento financeiro, portanto alguma liberdade, como ele a entende, e é o herói, o mocinho que, no entanto, está aparentemente à mercê dos seus inimigos.

Os seus problemas são cósmicos nas proporções, ou assim lhe parece. Ele tem entusiasmo, novamente, drama, alguma liberdade. Essas são as suas vantagens. Por um lado, sabe que está envolvido numa fachada, a jogar um jogo, a fingir que é louco. Por outro lado, o próprio jogo está a tornar-se muito real, a sair fora de controlo, e isso impediu-o de aprender habilidades comuns, por exemplo, que parecem ser mundanas e muito comuns e inferiores a ele.

Mencionei o mito da Cinderela — e nesse caso, tudo acabará bem no final, de alguma forma. O seu oposto é o sentimento de que nada sairá bem porque o universo em si não tem sentido. A vida não tem sentido. O nosso jovem acredita nisso. Qualquer propósito é melhor do que nenhum, e qualquer ameaça personalizada é melhor do que uma existência em que nenhuma vida é importante o suficiente para ser ameaçada individualmente. Assim, essas ameaças imaginárias servem para o convencer de que a sua vida deve ter significado ou propósito — caso contrário, os outros não estariam tão empenhados em destruí-lo. Ele está vestido e alimentado. Vive aventuras e ameaças e precisa de estar sempre em guarda.

Vê-se a fugir pelo continente — novamente, um herói num grande drama, um quadro romântico. Não quer aliados, pois dramatiza o seu isolamento. Ruburt tem razão: ele poderia ser o herói de um conto, e é assim que se vê a si mesmo. Essa é a sua forma de ganhar estatura num mundo que ele acredita não ter sentido. Teme ter poucas habilidades de qualquer tipo, portanto, claro, precisa de tomar medidas para que elas nunca sejam testadas no mundo físico — assim, um desastre ou outro impede sempre a grande criatividade que ele diz ter para oferecer.

Entretanto, ele não pode ficar feliz com as circunstâncias, pois se ficasse, toda a estrutura do drama pareceria falsa. Portanto, precisa de fazer esforços simbólicos para se libertar — esforços que devem ser fúteis, pois se funcionassem, estaria no "mundo real". Estou a fazer o melhor que posso para explicar. Não quero que pensem que não tenho compaixão. Os romancistas criam heróis que precisam superar obstáculos. Alguns desses personagens são corajosos e íntegros; alguns dos seus heróis são canalhas. Há também, por exemplo, o corcunda de Notre Dame ou o Frankenstein. Na vida, vocês dão literalmente vida às vossas ideias. Formam a história da vossa vida. Estão envolvidos num estudo de todas as dimensões da experiência, na interpretação dos próprios eventos. Estão envolvidos num

processo vivo — mas de uma atividade tão multidimensional que, às vezes, veem apenas um capítulo de uma saga cuja compleição total é muito diferente.

Dá-me um momento... Um romancista, estando ele próprio a escrever um livro, não obstante, viverá imaginativamente as ações de todas as suas personagens — o vilão, o herói, o louco, o santo ou o que quer que seja — e uma verdadeira gestalt criativa está envolvida. Então, na mente do autor, as personagens irão interagir. O autor pode saber o final do livro ou permitir que as próprias personagens encontrem as suas soluções. Aqui, chamaremos o autor de "o eu completo", e as personagens são reais. Elas são elas próprias. Seguem as suas próprias intenções únicas. Não são coagidas, digamos. O enredo é deixado em aberto, mas, em termos mais profundos, o eu completo, através das suas personalidades, investiga profundamente o significado da vida em todas as suas manifestações.

O jovem está a colocar-se contra a sociedade, contra as suas ideias de sanidade. Está a criar uma realidade que, de certa forma, é altamente singular — uma criação que ele sente ser, pelo menos, sua. É tudo menos aborrecido. O seu próprio perigo mantém-no alerta e força-o a proteger a sua vida. Isso está a salvá-lo do suicídio. Portanto, é um dispositivo mental destinado a proteger a sua vida. Ele precisa de se proteger de ameaças externas. As ameaças convencem-no, mais uma vez, de que deve ser importante e valioso. Por trás disso está o sentimento de que a sua vida não tem valor, de que é de facto inútil, mais fraco do que os seus colegas, e detesta-se o suficiente para tirar a própria vida. As ameaças, então, convencem-no do seu valor. Desistir delas seria enfrentar os seus sentimentos de inutilidade. A situação também lhe permite usar as suas habilidades criativas em termos de fantasia e imaginação. Foi ensinado a não se exprimir, portanto só usa essas habilidades para proteger a sua vida, o que as justifica. O seu dilema torna-o importante.

Ele expressa de forma exagerada muitas tendências bastante paranoicas que, numa versão mais branda, são consideradas bastante normais. As grandes corporações querem dominar o mundo. Vê as pessoas da companhia de petróleo com helicópteros e maquinaria sofisticada que destrói a energia vital das pessoas — simplesmente uma versão mais colorida e exagerada da mesma ideia aplicada pessoalmente. O mais recente, claro, é o medo da clonagem, mas o nosso jovem safa-se melhor do que qualquer outro temeroso, pois tem o pessoal da clonagem pessoal

nas suas estranhas carrinhas com antenas, a persegui-lo pelas ruas. Torna-se uma esponja para inúmeras atitudes deste tipo, só que para ele tornam-se criticamente imediatas. No entanto, continua vivo depois de cada ameaça, e isso convence-o de que realmente sobreviverá. Pois veja o que ele sobreviveu até agora, embora as ameaças se tornem cada vez mais monstruosas.

Quando todo o caso realmente o assustar, procurará outra solução, e é uma pena que as vossas instituições de terapia não o ajudem. As imagens guiadas poderiam ajudá-lo, por exemplo, mas ele precisaria de supervisão. Ruburt estava muito certo no método que usou para falar com ele, e a minha presença não teria servido. Ele apenas a teria usado, como Ruburt disse que faria. O desafio criativo está lá para ele, e foi ele mesmo quem o escolheu. Façam uma pausa.

(10:10. Durante o intervalo, pedi que Seth dissesse algo sobre porque Stuart havia "escolhido Jane" entre todas as pessoas do país. Há muitos "médiuns" na região de São Francisco, por exemplo. Não achei que ele tivesse lido os livros dela, mas muito pouco. 10:18.)

Vocês os dois estão envolvidos na formulação de perguntas e na aquisição de conhecimento. Querem saber sobre a natureza da realidade. Estás preocupado com o que há de errado com o mundo. Queres saber porque não é melhor do que é. Queres saber como a realidade é criada — como e porque é que as pessoas criam vidas que parecem ser menos do que desejável. O vosso jovem deu-vos um excelente exemplo — um "caso" que os psicólogos ou psiquiatras mais notáveis, se tivessem tempo, achariam fascinante. Conseguiram obter perceções que simplesmente não teriam se não vos fossem apresentadas realidades exageradas. O vosso jovem psicólogo foi um exemplo disso, com os seus "loucos", o seu Andrija Puharich, os seus jovens com a criança, na altura do Natal.

Agora, não se trata apenas de pessoas em dificuldades. São-vos apresentadas situações maiores do que a vida, fornecidas com matéria-prima da vida, com versões exageradas para que, a partir delas, possais extrair o conhecimento que vos ajudará a responder às vossas próprias perguntas e o conhecimento para ajudar outras pessoas cujas dificuldades podem ser menos coloridas, mas igualmente vitais. As pessoas que vêm aqui são exemplos concentrados e dramáticos da espécie humana em geral. As suas crenças aparecem de forma tão drástica que podem usá-las como modelos para outras pessoas em cujos personagens as crenças aparecerão

mais modificadas e talvez quase despercebidas. Veem as crenças, as motivações, os sentimentos daqueles cujas crenças são levadas ao extremo, de modo que podem segui-los como se fossem grupos psicológicos ou culturas isoladas, por assim dizer. Depois, podem estudar o comportamento deles noutras pessoas.

Tudo isto está de acordo com as vossas próprias intenções e com o estudo da natureza humana com o qual estão envolvidos. Assim, sentem-se ainda mais motivados a procurar outras respostas além das oficiais.

Vocês ajudam sempre aqueles que veem — e eles apresentam-se a vocês não apenas por si mesmos, mas pelos outros. Estão a examinar a condição humana, mas a procurar respostas nos níveis mais elevados das vossas capacidades. Esses são objetivos que definem para vocês próprios. Se se propusessem a descobrir o que está certo no mundo, estariam num caminho diferente. Há muita coisa certa no mundo.

Dêem-nos um momento... Certifiquem-se de não fechar os olhos aos milagres do mundo. O vosso argumento foi bom — o jovem percorreu um bom caminho — a energia estava lá para sustentá-lo, mesmo com as suas ilusões. No entanto, as crenças mostram-se muito mais claramente e podem ser examinadas melhor através do tipo de experiência que essas pessoas trazem.

Lembrem-se sempre da vitalidade que vos sustenta e vos apoia. Ela não vos é retirada, mesmo que as construções que formam possam parecer extremamente falhas. Há muita coisa que não foi dita, simplesmente porque algumas informações disponíveis para mim não podem ser traduzidas de forma a fazer sentido para vocês. Há explorações de conteúdo emocional, por exemplo, muito difíceis de explicar, nas quais as intensidades da emoção são exploradas por si mesmas, como se fosse possível fazer experiências com os valores de vermelho ou preto, sem se importar com a forma da pintura.

Podem pensar numa ópera trágica ou numa composição musical, e assim algumas vidas concentram-se em intensidades cuja forma não é percebida e que lidam com um tipo de poder que é a própria experiência. Não posso ir mais longe com isso verbalmente. No entanto, a vossa ideia de julgar a qualidade da vida, ou de uma vida, é altamente limitada, pois ela pode não residir nos acontecimentos como tendes por hábito pensar em muitas ocasiões.

(Em voz alta:) Fim da sessão e uma calorosa e sincera boa noite.

Eu diria que podemos seguir a analogia do Seth sobre as intensidades emocionais, acima, e também tentar não ficar cegos aos valores da vida que podem não ser prontamente visíveis em termos comuns. Penso que já me perguntei mais de uma vez, por exemplo, sobre os propósitos que uma determinada vida pode estar a servir e dos quais não temos consciência ou estamos cegos).

SESSÃO ELIMINADA

13 de Setembro de 1978

(Temos tido apenas uma sessão por semana enquanto digito o manuscrito final do Volume 2 de "Unknown" Reality. A ideia foi principalmente da Jane; imagino que, na maior parte do tempo, estou disposto a manter a nossa rotina regular. Por outro lado, é óptimo ver as páginas finalizadas de "Unknown" a acumularem-se.
Sentámo-nos para a sessão às 21h10 e, à medida que os minutos passavam, a Jane ficava cada vez mais impaciente. Não fazíamos ideia do que a sessão poderia tratar, já que não tínhamos feito nenhuma pergunta ao Seth. Tendo em conta o tema que se desenvolveu, para nossa surpresa, gostaria de observar que, desde o final da semana passada, o Presidente Carter, o Presidente Anwar Sadat do Egipto e o Primeiro-Ministro de Israel, Begin, têm-se reunido em Camp David em busca da paz no Médio Oriente. A conferência tem sido considerada crucial para a paz no nosso tempo, etc. As poucas notícias da reunião parecem indicar que as coisas estão a encaminhar-se na "direção certa".
Finalmente, às 21h23, a Jane disse: "Bem. Estou quase pronta. Não sei — pode ser curto. Não estava a sentir nada até há um minuto atrás").

Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Os árabes, os judeus e o vosso Carter Batista — um belo quadro instrutivo. Falei recentemente sobre as vossas comunicações e algumas das suas ramificações mais afortunadas. Vocês tiveram o equivalente a deuses locais, embora um nome possa ser usado, para que Carter possa dizer: "Todos adoramos o mesmo Deus". Os fanáticos funcionam melhor em isolamento, onde as suas próprias crenças são constantemente reforçadas, e onde estão rodeados por "yes-men" sagrados de um tipo ou de outro, seja qual for a designação. Não é permitido que outras crenças se intrometam, e

mesmo aqueles que acreditam firmemente, mas não são fanáticos, naturalmente preferem a companhia da sua própria espécie.

Begin, Sadat e Carter são homens "tementes a Deus", crentes sinceros nas suas causas. Como pode "Deus" estar a favor dos judeus e contra os seus inimigos, os árabes, como supõem os judeus — e como pode Deus estar a favor dos árabes e contra os judeus, como supõem os árabes? Homens "decentes" e tementes a Deus, então, devem de facto questionar como o mesmo Deus pode ter visões tão diferentes, e pelo menos interrogar-se se as suas próprias histórias nacionalistas e preconceitos não terão distorcido a interpretação da palavra de Deus em algum ponto do caminho.

O vosso sistema de comunicação está, de facto, a trazer essas questões cada vez mais à tona. As pessoas deparam-se com crenças diferentes das suas e descobrem que o "inimigo" ou o "incrédulo", o terrorista ou o respeitado chefe de estado, embora tenham visões completamente diferentes, estão convencidos da sua própria retidão e virtude. Esse tipo de exposição, nos vossos termos, nunca aconteceu antes e, por si só, força tanto a mente como o coração a questionar certos ditames que foram tomados como certos no passado — pois, no passado, quase todo o tipo de destruição, guerra ou violência era justificado se fosse feito em nome de Deus ou se os soldados estivessem a marchar "do lado certo".

Como é que esse "Deus único" de Carter, no entanto, pode ter ideias tão diferentes, dizendo uma coisa a uma nação e o oposto a outra? Então, os homens começarão a verificar as suas listas nacionalistas de instruções divinas, descobrindo que, de uma forma ou de outra, esse Deus parece ter dito a vários grupos diferentes de pessoas que foram escolhidos acima dos outros, que os seus inimigos seriam vencidos e que poderiam defender os seus direitos divinos por quaisquer meios infelizes, mas necessários.

Em vários momentos, esse único Deus de Carter parece ter dito, em assuntos mais sobrenaturais, que os judeus seriam salvos enquanto os nossos infiéis definhariam no inferno mais profundo, ou que os maometanos seriam salvos — e ao longo da história, como a conhecem e como não a conhecem, as histórias prosperaram.

Num nível, Carter faria bem em questionar esse Deus mais profundamente. No entanto, noutro nível, está a fazer muito bem, pois está a criar uma situação na qual os homens devem questionar a intenção nacionalista desse "Deus único".

De facto, os homens causaram mais danos em nome de Deus do que jamais causaram quando buscavam os seus próprios caminhos gananciosos ou ignorantes. Em nome de Deus, é claro, os artefactos de civilizações foram destruídos, bibliotecas arruinadas — e quando tal dano é causado em nome de Deus, os homens são treinados para não sentirem culpa. De facto, o seu santo sentido de justiça eleva-se proporcionalmente ao dano que cometeram contra o inimigo de Deus, não importa quem ou o que seja. *(21:46)* As vossas ideias sobre Deus são postas à prova nesta reunião *(em Camp David)*, pois aqui homens que afirmam acreditar num Deus misericordioso discutem as suas reivindicações mortais por propriedades e terras, e cada um sente atrás de si os antigos ditames de um Deus arcaico.

Os vossos deuses e as vossas ideias de um Deus sempre seguiram os contornos da vossa consciência, das vossas civilizações, das vossas prerrogativas e dos vossos valores. Estes são projetados para fora como padrões psíquicos de dimensão gigantesca, plantas de arquitetos para as cidades culturais que se seguirão. Essas ideias podem e foram usadas de forma muito benéfica por homens e mulheres simples ao longo dos tempos e, por mais distorcidas que sejam, ainda servem para lembrar ao homem que a sua fonte não é o mundo.

No entanto, o homem possui um conhecimento biológico inato sobre o certo e o errado e, em grande parte, as religiões, tal como são utilizadas, distorcem muitas dessas informações. Se deixados sozinhos, os homens não são assassinos, embora alguns possam matar. Os homens formam sempre algum tipo de grupo, no qual se respeita, de uma forma ou de outra, a sua própria espécie e a natureza. O vosso sistema de comunicação pode, com o tempo, tornar as distorções dos vossos conceitos de Deus muito mais visíveis, de modo que homens honestos possam, pelo menos, questionar: "Como pode Deus dizer isto aos judeus e aquilo aos árabes? Será possível que tenhamos interpretado a mensagem de forma errada?" Tudo o que é está dentro de cada ser vivo. Tudo o que é está dentro daquilo que não é, também. O homem não é colocado um contra o outro. As antigas distorções ligadas às várias religiões devem e virão à tona.

Outro ponto: as reuniões em questão alteram as probabilidades e, mais uma vez, de uma forma que, nos vossos termos, dificilmente seria possível antes, pois o mundo observa, por assim dizer. A partir de agora, é claro, vivem num mundo de sobreviventes, pois todas as catástrofes de natureza mundial que poderiam ter acontecido até agora não aconteceram.

A menos que tenhas perguntas, a sessão fica por aqui.

(*Sem perguntas, mas foi muito bom.*)

O meu comentário da noite. Desejo-vos uma boa noite.

(*Boa noite, Seth.*)

(9:59.) Um apontamento: pede ao Ruburt para falar contigo sobre as novas sugestões dele. Ele tem algo em mente e tu podes ajudar. É tudo.

(10:00. *Boa noite, Seth.*)

(*A Jane falou-me das novas sugestões, mas ainda não as vi. Queremos analisá-las juntos.*)

(*A Jane e eu continuamos a trabalhar como loucos a rever a cópia final do Oversoul Seven número dois e do Volume 2 do Unknown Reality. Estou na Seção 5 agora; este fim de semana, a Sue Watkins deve entregar quase todo o material do apêndice já dactilografado. A Jane só tinha mais uns capítulos para acabar para o Seven.*)

(*Ultimamente, a Jane tem andado mergulhada no Fabric of The Universe, do Denis Postle. Foi emprestado pelo Carlos Smith. O Seth discute aqui material que é um prolongamento do livro.*)

Bem: tenho-vos enviado telegramas psíquicos de energia — para os dois — para os vossos projetos. Esta sessão vai ser curta. Há só alguns pontos que quero tocar, e pronto. Cada pessoa é uma parte do universo, claro — a propósito do livro sobre a Estrutura do Universo — mas o universo é todo feito de energia consciente, energia "marcada" com a sua própria individualidade psíquica ou psicológica única.

A individualidade pode ser de uma natureza bem diferente daquela que conheces. É verdade que cada um de vós é uma versão do universo, ou até que cada pessoa viva é, de certa forma, uma versão de qualquer outra — e é verdade que há uma grande unidade subjacente à base da vida como a conheces, que tudo está interligado.

Mas, mesmo assim, cada partícula ou onda "num dado momento" tem a sua posição única no universo, o seu ponto de vista único. Em termos mais básicos, há diferentes tipos de realidades, mas nenhuma é mais ou menos real que outra.

(9:26.) Dá-me um momento… O vosso mundo de objetos físicos é muito importante, porque permite-vos lidar com as diferenças, apontar energia onde querem, e ao mesmo tempo ter um efeito físico que conseguem observar — para que este treino possa ser levado para outras realidades

onde esse mesmo tipo de retorno físico não está disponível, ou é secundário, ou não faz parte da estrutura de camuflagem.

Ao usarem "objetos reais" agora, aprendem a manipular energia com os modelos que têm à frente, ganhando confiança para que, "mais tarde", possam confiar em vocês mesmos para usar essa energia sem precisarem da aparência física de, por exemplo, um objeto à frente. De forma geral, mas dentro desta conversa, o cristianismo e as religiões romanas antigas lidavam mais com o indivíduo — e, especialmente, o cristianismo ignorava a grande unidade do ser.

As religiões orientais exageraram na importância da unidade, quase perdendo o conceito de individualidade no processo. No entendimento popular, as religiões orientais podem levar à exaustão espiritual, porque o indivíduo tenta nivelar-se outra vez, por assim dizer — e o entendimento popular de uma religião é muito mais importante do que o entendimento dos sacerdotes ou gurus, porque as pessoas vivem de acordo com as suas próprias versões. Ponto final.

No Ocidente, o indivíduo foi empurrado para ficar isolado e sozinho, esmagado por uma evolução onde o único valor do indivíduo era a sobrevivência da sua espécie. O individualismo ficou ainda mais ferido pelos problemas do capitalismo. O homem pobre tem de lutar para progredir, mesmo que isso signifique fazê-lo às custas do vizinho — e, ao mesmo tempo, salvar a sua alma — uma tarefa complicada e difícil, de facto.

Por isso, alguns americanos já estão fartos deste selo de individualidade e prontos a atirá-lo fora — seja para o cristianismo fundamentalista, que está a crescer de novo, ou para várias religiões orientais. A vida, em todo o lado, é individual e particular — e, ao mesmo tempo, ligada a todos os seres. Tudo o que é "pulsa" com uma vontade verdadeiramente infinita de particularizar todos os seus atributos, conhecer-se a si mesmo através da individualização de cada sonho, de cada pensamento mais pequeno, de cada descoberta monumental.

Tudo o que é compõe o tecido do universo — que é uno em toda a parte, já que nada existe fora dele — e cada onda, partícula, campo ou o que for dentro dele faz parte de um tecido psicológico divino, povoado de individuação, sensação, significado, intenção — onde até a sombra mais inocente de um eletrão se ergue alegremente e grita: "Eu sou eu — e não tu". Isto quer dizer que o tecido psicológico divino dá origem a toda a

individualidade, de forma natural e espontânea — não é possível ter uma coisa sem a outra.

Dá-me um momento… Um apontamento para ti, Ruburt: para marcares este universo de forma consciente, deves enfatizar a tua individualidade e, ao mesmo tempo, perceber que a tua singularidade surge a cada momento desse tecido psicológico divino. Quando és mais tu mesmo, tens os canais mais abertos para a fonte do teu ser — porque estás a agir de acordo com a natureza única de quem és — e também estás a realçar a grande vastidão do ser de onde surge a tua singularidade. Mantém na tua mente o pensamento da tua individualidade e da tua origem profunda — de forma que os dois pensamentos se equilibrem maravilhosamente, provocando uma interação entre ambos, que resulta num tipo de energia, uma atração, um reconhecimento magnético, que refresca todo o ser.

Escrever poesia, para o Ruburt, é excelente para isso. De onde vêm os teus pensamentos, ou seja, os teus pensamentos? Limita a pergunta à tua própria individualidade. Fazer a ti mesmo esse tipo de pergunta também te pode ajudar a entrar em contato com a fonte do teu ser — porque começas na tua individualidade mas reconheces a tua origem mais profunda.

Se não tiveres mais perguntas, vou encerrar a sessão.

(*Queres dizer algo sobre o meu sonho, em que me deram um tiro?*)

Foi, como o Ruburt mencionou, o resultado de uma contemplação profunda da tua parte sobre o assassinato na livraria — mas num contexto mais alargado, envolvendo probabilidades, assassinos, vítimas e as crenças envolvidas.

Os homens estavam todos de acordo — ou seja, aceitavam as circunstâncias. Ninguém estava a tentar fugir e, de certa forma, o assassino estava a prestar um serviço. Toda a violência ou ódio serve um propósito para lá de si mesmo, de modo que, muitas vezes, o homem presta serviços de que nem tem consciência.

Não digo que o homem seja manipulado — mas, numa estrutura maior, até os atos aparentemente maus têm um significado construtivo. Um homem que mata por ódio terá de enfrentar o seu ódio — mas não pode matar ninguém que não tenha decidido morrer — e morrer de um jeito específico: alguém que queira que a sua morte seja atribuída a outro, que não se suicidaria, que não escolheria uma doença longa — alguém pronto para morrer, mas que não quer lidar com as circunstâncias e quer, de facto, ser apanhado de surpresa pela morte.

Assim, dentro destes termos — e só nestes termos — todos os assassinos são assassinos contratados pelas vítimas. Mais uma vez, muitos assassinos são dominados por culpa — e o ato de matar aponta para a raiz dessa culpa. Assim, a vítima "paga" o assassino ao dar-lhe um motivo claro e incontestável para uma culpa que, antes, era informe e ainda mais assustadora, por não ter base específica mas uma força esmagadora.

Tudo isso apareceu, de um modo ou de outro, no teu sonho, onde, para perceberes, te tornaste a vítima. E depois descobriste que estavas "vivo" — como, é claro, acontece com a vítima assassinada. Muitas dessas pessoas sentem, antes da morte, que o corpo é um invólucro de que a morte as liberta — e aqui tens um símbolo verbal: o invólucro do corpo, com uma bala, e a alma projetada para fora — embora isso não fizesse parte do sonho. Mas, se há ordem no ser, então há ordem — e mesmo os episódios mais caóticos têm, e devem ter, um significado maior e um propósito construtivo.

Fim da sessão.

(*Muito obrigado.*)

Uma boa noite — e estás a ir muito bem.

(*Ok.* 22:08. *Vê no meu caderno de sonhos um recorte de jornal sobre o assassinato em questão — no último sábado à noite — na livraria para adultos em Elmira.*)

SESSÃO APAGADA

20 de setembro de 1978

(A Jane e eu continuamos a trabalhar como loucos, datilografando a versão final de Oversoul Seven *número dois e do Volume 2 de* "Unknown" Reality. *Estou agora na Secção 5; este fim de semana, a Sue Watkins deverá entregar todo — ou quase todo — o material datilografado do apêndice. À Jane faltavam apenas mais alguns capítulos para terminar o* Seven.

(*Ultimamente, a Jane tem andado a ver Fabric of The Universe, um livro de Denis Postle. Foi-nos emprestado pelo Carlos Smith. O Seth discute algum material que é um desdobramento do livro.)*

Ora bem: tenho-vos enviado "telegramas" psíquicos de energia — a ambos — para os vossos esforços atuais.

Esta sessão será breve. Há alguns pontos que quero realçar, e é tudo. Cada indivíduo é uma parcela do universo, claro — a propósito do livro sobre o "tecido" do universo — mas o universo é, em toda a parte,

composto de energia tornada consciente — energia "marcada" com a sua própria "individualidade" psíquica ou psicológica única.

A individualidade pode ser de natureza completamente diferente daquela que conheceis. É verdade que cada um de vós é uma versão do universo, ou até que cada pessoa viva é, de algum modo, uma versão de cada outra pessoa, e é verdade que uma grande unidade subjaz à base da vida, tal como a conheceis, que todas as coisas estão inter-relacionadas.

Cada partícula ou onda concebível "em qualquer dado momento" possui, no entanto, a sua posição única no universo e o seu ponto de vista privilegiado. Nos termos mais básicos, existem diferentes tipos de realidades, mas uma não é mais real ou menos real do que as outras.

(21:26.) Dá-nos um momento… O vosso mundo de objetos físicos é bastante importante, na medida em que vos permite lidar com diferenciações, "apontar" a energia onde a querem, oferecendo-vos um efeito físico observável, para que esse treino possa transpor-se para outras realidades em que o mesmo tipo de retorno físico não está disponível, é secundário, ou de outra forma não faz parte, de modo tão presente, da estrutura de camuflagem.

Usando "objetos reais" agora, aprendeis a manipular a energia com os modelos diante de vós, por assim dizer, ganhando confiança para que "mais tarde" possais confiar em vós no uso da energia sem necessitar da aparência física de, digamos, um objeto diante de vós. Em termos gerais — ainda nos termos desta discussão — o Cristianismo e as religiões romanas antigas lidavam principalmente com o indivíduo, e o Cristianismo, em particular, negligenciou a grande unidade do ser.

As religiões orientais exageraram a importância da unidade, quase perdendo o conceito de individualidade no processo. Tal como popularmente entendidas, as religiões orientais podem conduzir a um esgotamento espiritual, à medida que o indivíduo tenta nivelar-se, por assim dizer — e a compreensão popular de uma religião é muito mais importante do que os sacerdotes ou os gurus percebem, pois as pessoas orientam as suas vidas seguindo as suas próprias versões. Ponto final.

O Ocidente forçou o indivíduo a manter-se sitiado e só, minado pela evolução, em que o único sentido do indivíduo residia na sobrevivência da sua espécie. O individualismo foi ainda mais minado pelos problemas inerentes ao capitalismo. O pobre tem de se esforçar para progredir, mesmo que isso signifique fazê-lo à custa dos vizinhos, salvando ao mesmo tempo a sua alma — uma empreitada, de facto, delicada e difícil.

Assim, alguns americanos cansaram-se deste "emblema" de individualidade e estão prontos a abandoná-lo, seja pelo Cristianismo fundamentalista, que volta a crescer, seja por um número de várias religiões orientais. A vida é, em toda a parte, simultaneamente individual e particular e, ao mesmo tempo, unida a todo o ser. O Todo-O-Que-Existe "pulsa" com

um anseio verdadeiramente infinito de particularizar todos os seus atributos, de se conhecer ao individualizar todos os seus sonhos, o seu mais leve pensamento, a sua descoberta mais monumental. O Todo-O-Que-Existe compõe o tecido do universo — que é, em toda a parte, unificado, uma vez que nada existe fora dele, e cada onda ou partícula, ou campo, ou o que for, dentro dele, consiste num tecido psicológico divino povoado por individuação, sensação, significado, intenção, no qual a sombra mais inocente de um eletrão se ergue, jubilosa, e brada: "Eu sou eu, e não tu."

Isto ainda é para dizer que o tecido psicológico divino forma toda a individualidade — naturalmente, espontaneamente — e que não se pode ter um sem o outro.

(21:46.) Dá-nos um momento… Uma nota para o Ruburt: para imprimir esse universo ao nível consciente, sublinha a tua individualidade, procurando ao mesmo tempo compreender que a tua singularidade brota, a cada momento, desse tecido psicológico divino. Quando és mais tu mesmo, tens os canais mais límpidos para a nascente do teu ser, pois estás a agir de acordo com a natureza — a natureza única — de ti mesmo, e também a sublinhar a grande infinidade do ser de onde emerge a tua própria singularidade. Manténs na mente o pensamento da tua individualidade e da sua fonte profunda, de modo que ambos os pensamentos ficam belamente equilibrados, produzindo uma interação entre os dois que resulta num tipo de energia, numa atração, num reconhecimento eletromagnético que refresca o ser inteiro.

Escrever poesia é excelente para o Ruburt, nesse aspeto.

De onde vêm os teus pensamentos — os teus pensamentos, entenda-se? Confina a pergunta à tua própria individualidade. Fazer a ti mesmo esse tipo de pergunta também te pode ajudar a contactar a fonte do teu ser — novamente, porque começas pela tua individualidade, mas reconheces a sua origem mais profunda.

Se não tiveres perguntas, terminarei a sessão.

("Queres dizer algo sobre o meu sonho, em que sou alvejado?")

Foi, como creio que o Ruburt mencionou, resultado de uma contemplação profunda da tua parte acerca do homicídio na livraria, mas num contexto mais amplo, envolvendo probabilidades, homicidas, vítimas e as crenças envolvidas.

Os homens estavam todos unidos — isto é, concordaram com as circunstâncias. Ninguém tentava fugir e, de certo modo, o homicida prestava um serviço. Qualquer violência ou ódio serve um propósito para além de si mesmo, de modo que o homem, muitas vezes, presta serviços de que não está consciente.

Não estou a dizer que o homem esteja a ser manipulado, mas que, num enquadramento mais vasto, até os seus atos aparentemente maus têm significado construtivo. Um homem que mata com ódio terá de lidar com o

seu ódio, mas não consegue matar ninguém que não tenha decidido morrer — e morrer de uma forma particular; isto é, alguém que quer que a sua morte seja imputada a outro, que não cometeria suicídio, que não escolheria uma doença prolongada — alguém que está pronto para morrer, mas não quer lidar com as circunstâncias, e quer, de facto, ser surpreendido pela morte.

Ora: nesses termos — e nos termos desta discussão, especificamente — todos os assassinos são assassinos "a soldo", contratados pelas vítimas. De novo, nos termos desta discussão, muitos homicidas ficam submersos por um sentimento de culpa, e o ato homicida coloca "a nu" a razão da culpa — assim, a vítima "paga" ao homicida ao oferecer uma razão clara e inatacável para uma culpa monstruosa que antes era informe, e ainda mais assustadora, já que parecia não ter base particular, mas uma vitalidade avassaladora.

Agora, todas essas questões, de uma maneira ou de outra, surgiram no teu sonho, onde, em nome da compreensão, te tornaste a vítima. Depois descobriste que continuavas "vivo" — como, claro, acontece com a vítima assassinada.

Muitas dessas pessoas sentem, antes da morte, que o corpo é uma concha da qual a morte as libertará — e aqui tens um símbolo verbal: a concha do corpo, com uma cápsula de bala (*shell*), e a alma a ser projetada para fora do corpo, embora isso não fizesse parte do sonho. Mas, se há ordem no ser, então há ordem — e até os episódios que parecem mais caóticos têm e devem ter um significado mais amplo e um propósito construtivo.

Fim da sessão.

("Muito obrigado.")

Uma afetuosa boa noite, e estão a ir bem.

("Está bem." 22:08. Ver o meu caderno de sonhos para um relato de jornal sobre o homicídio em questão — sábado passado, na Adult Book Store, em Elmira.)

SESSÃO ELIMINADA

27 de Setembro de 1978

(*Está a ser feito um carbono extra desta sessão para a Jane anexar ao caderno de sonhos dela. Quase toda a sessão trata de material que veio das aventuras oníricas de 25 e 27 de Setembro. Consulta o caderno de sonhos para detalhes. O sonho de 25 de Setembro tem a ver com reencarnação e a tua decisão de passar cada reencarnação num "quarto", digamos. Depois, na tarde de dia 25, ela teve um sonho-relâmpago com uma reunião de família, o meu pai e outras pessoas. Parecia envolver a família de consciência Sumari, como ela escreveu.*)

(*Em 27 de Setembro, a Jane acordou depois de um cochilo com um monte de material na cabeça sobre Revelação Particular e a Voz de Deus, ou Diálogos Divinos, que ela escreveu. Foram três páginas, e eu começo esta sessão com material relativo a isso. A Jane não sabia bem porque inventou aquilo, já que não estava a pensar em nada disso, nem tínhamos falado sobre o tema. Parecia bom para um capítulo de livro — talvez esteja a surgir algo novo.*)

Agora: boa noite.

(*Boa noite, Seth.*)

Revelação, obediência e objetividade" — é esse o título do debate de hoje.

No Antigo Testamento, fazias o que o Todo-Poderoso mandava. Se Ele te dissesse para matares o teu filho no topo de uma montanha, cabia-te obedecer — e ao teu filho, aceitar. As palavras de Deus não eram para serem levadas de ânimo leve. Não devia haver discussão. A obediência era a maior responsabilidade do homem para com a Divindade do Antigo Testamento.

O artigo do Ruburt estava, em geral, correto: o cristianismo, e em particular a Igreja Católica, não só desaprovou a revelação como, no passado, tentou derrubá-la com toda a força. Isso foi, em grande parte, por interesse próprio — e as muitas fés protestantes provam a fragmentação que surge quando o homem tem liberdade para interpretar a sua ligação a Deus.

Essa liberdade, no entanto, claro, tem sido muito limitada, porque o dogma cristão ainda é, em grande parte, mantido. Mas também houve outros motivos — para ser justo com a Igreja (*divertido*). Se Deus podia dizer a um homem para matar o filho, e se a revelação privada fosse válida,

então "crimes divinamente inspirados" podiam multiplicar-se — e podiam tirar energia do homem para atividades divinas aceites, como lutar contra infiéis ou hereges em casa (*mais alto*).

Não se podia ter uma sociedade coesa baseada na validade da revelação privada, quando se acreditava num Deus tão sanguinário, que exigia provas tão brutais de obediência. Agora: Deus, no último instante, podia impedir-te a mão — mas talvez não. Crimes divinamente inspirados só podiam ser aceitáveis contra inimigos da cristandade organizada ou contra os próprios subservientes. Assim, claro, mantinha-se uma certa ordem pré-fabricada (*quase sarcástico*).

A Igreja não podia confiar em revelações privadas, não fosse surgir uma nova ordem a contradizer as antigas, a perturbar o *status quo* espiritual — e, por consequência, a ordem social que cresceu à volta dele — ou até a reavivar princípios antigos do cristianismo, mais tarde abandonados, como a crença na reencarnação.

Dá-me um momento...

Cristo, como o entendes historicamente, falava em parábolas e símbolos. Os homens interpretavam-no literalmente muitas vezes, mas a mensagem era: o espírito de Deus está dentro de cada um. Em termos simbólicos, cada pessoa era um filho do Pai que habita nos céus — mas o céu, para Cristo, significava uma realidade interior, não exterior.

Durante séculos, sacerdotes — de uma forma ou de outra — foram encarregados de "ler as mensagens de Deus" e interpretá-las para o resto da humanidade. Assim como, mais tarde, os cientistas passaram a interpretar o próprio mundo do homem para ele — com termos tão esotéricos como qualquer religião. Assim, ciência e revelação parecem, de facto, muito distantes, já que a revelação insiste, em regra, na obediência a uma visão recebida em particular, e geralmente oferece provas fracas. Não se permitem perguntas. A ciência, por outro lado, questiona constantemente — e ocupa-se tanto da objetividade que o mundo subjetivo fica completamente de fora do domínio dela.

Os primórdios da ciência apareceram antes do seu florescimento total — e, de certa forma, foram importantes pela interpretação rigorosa que faziam da objetividade, por mais exagerada que fosse. No passado, por causa das ideias de Deus, as revelações privadas eram muito complicadas. Nenhum bom senso era aplicado. Não eram marcadas pela objetividade — justificavam qualquer ato. Mas isto não se aplicava só às revelações

privadas — também às revelações aceites em massa, de todas as religiões, que justificavam guerras "justas" em nome de Deus ou assassinatos em nome da paz.

Houve um cisma: razão e emoção pareciam inimigas. Revelação e razão pareciam opostas. Mas, tal como a ciência surgiu antes de florescer em pleno, novas tendências surgem agora — tendências que assinalam uma nova era, onde emoções e intelecto deixam de ser opostos no homem.

As revelações vão ser encorajadas, mas não ficarão acima do bom senso — que insiste na tolerância e na justiça. O homem esqueceu-se de como interpretar as suas revelações — mas o mais importante é que se esqueceu de como as receber, e de como afiná-las à luz da razão.
(21:50.) Dá-me um momento...

O sonho do Ruburt sobre a reencarnação — o quarto mostrou-lhe que ele decidiu focar-se, em cada vida, em questões específicas. Decidiu não se distrair nem mesmo com o público ou com questões públicas. Por isso, não precisa de ter sintomas para se forçar a ficar em casa. Não precisa de ter medo de se distrair. Não precisa dessas precauções extra. Ele tem força de vontade para dizer não.

O sonho familiar psíquico que se seguiu representou uma reunião real de alguns membros da família Sumari — para que o Ruburt não se sentisse tão sozinho, mas percebesse que, de facto, tem ligações emocionais fortes com outros, noutros níveis, e faz parte de uma família de criadores cheios de energia e vigor, capazes de ir pelo mundo fora — ou esquecê-lo alegremente, se quiserem.

O sonho também quer dizer que ele não está sozinho de outra forma: o eu que ele conhece é apoiado por outras partes fortes e vigorosas da psique, prontos para ajudá-lo — amigos internos de confiança. O sonho ainda representou o nascimento de novo material, porque os "membros da família" deram uns aos outros novas informações e conhecimento — por isso, isto também foi uma reunião de partes da psique.

Tens alguma pergunta?

(*Acho que não. Não tive tempo de pensar em nenhuma. E tu, tens?*

(*Essa foi a primeira vez que te perguntei se tinhas alguma pergunta que pudéssemos responder. A minha pequena tática não funcionou, no entanto.*)

As perguntas vêm de ti.

(*Bem, então acho que não.*)

Então desejo-te uma boa noite — e, mais uma vez, os meus parabéns pelo Realidade *Desconhecida* — o livro — e por todos eles, que têm, de facto, um papel a desempenhar na nova era que se aproxima. A "Nova Era de Aquário" pode ser um exagero — e à volta dela agrupam-se muitas ideias distorcidas — mas é um termo popular que representa uma perceção das pessoas e resulta de um conhecimento interno bastante válido de que uma era está a terminar e outra, até certo ponto, já começou.

Fim da sessão. Desejo-te uma boa noite — e a uma doce criatura.

(*Ok. Obrigado.*)

(*22:00. A referência final do Seth a uma "doce criatura" foi uma referência ao nosso doce gato, o Willy, que a meio da sessão saltou para o sofá e se aninhou mesmo ao meu lado esquerdo enquanto eu tomava notas.*)

SESSÃO ELIMINADA

11 de Outubro de 1978

(*Hoje acabei de dactilografar a cópia final da sessão 733 do Realidade Desconhecida — faltam só 11 para fechar o livro. Na terça passada, enviei para a Prentice-Hall o segundo romance da Jane sobre o Seven. Como ela parecia estar com pontas soltas, sugeri fazermos uma sessão esta noite — "para dar-lhe algo para fazer". Ela ia deixar passar outra vez. No fim de contas, acho que valeu a pena.*)

Boa noite.

(*Boa noite, Seth.*)

Observa: dizem que quando a imaginação e a vontade estão em conflito, a imaginação (*divertido*) vence sempre. Talvez valha a pena examinar essa afirmação — porque, no sentido mais verdadeiro da motivação humana, o facto é que, apesar de todas as aparências, a imaginação e a vontade nunca estão em conflito. Por mais escandalosa ou irrealista que pareça esta ideia, a verdade é que as pessoas não "querem" um resultado específico dos acontecimentos enquanto a sua imaginação retrata vividamente o oposto.

Algumas razões para estas atividades estão descritas no nosso novo livro. Mas o que tens aí é um padrão aprendido de ilusão pessoal e técnicas algo manhosas (*com diversão*) — ensinadas por pais a filhos; muitas vezes finges querer uma coisa e até dizes "quero mesmo que isto aconteça" —

talvez porque o que queres de verdade seja inaceitável, ou assim te ensinaram: é humilhante, ou é mau, ou seja o que for. Por isso, muitas vezes os verdadeiros motivos "escapam-se".

É muito importante saberes o que queres. Podes rejeitar ou descartar "o que queres" como indigno, mau — mas primeiro tens de estar consciente dos teus motivos. Isto parece simplista, mas é quase sempre verdade. Há quem diga "quero ter dinheiro", mas faz tudo para garantir que continua pobre. Podem declarar o objetivo mil vezes — mas a imaginação continua a projetar imagens de privações futuras. Então parece que a vontade e a imaginação estão em conflito.

Mas não estão. Essas pessoas querem a pobreza. Usam tanto a vontade como a imaginação para chegar a esse fim. Podem achar que a pobreza é humilhante, degradante, ameaçadora — mas querem-na na mesma, por motivos que podem não ter nada a ver com dinheiro em si. A pergunta certa nesses casos é: "Porque é que quero ser pobre?"

Não há nada de "errado" com a pobreza — nem nada moralmente repreensível. Mas pessoas que te escrevem a dizer "Quero ganhar bom dinheiro, mas todos os meus empregos são inúteis ou não tenho nenhum", não estão a enfrentar o facto de que, pelo menos por agora, querem a pobreza.

A imaginação, na maioria das vezes, dá-te uma imagem bastante boa do que realmente queres. Escapa sempre a qualquer tentativa de intimidação — ou de racionalização das tuas imagens. É um espelho dos teus desejos — e também da tua vontade — porque nela vês o que queres ver, mesmo que depois digas que as imagens são inesperadas ou contrárias à tua intenção consciente.

A imaginação e a vontade, juntas, fazem milagres — porque não há ilusão pessoal a metê-las uma contra a outra.

(21:53.) Todos os meus comentários para o Ruburt aplicam-se à situação específica no momento em que são feitos — isso é importante.

Ultimamene, o Ruburt decidiu, com a sua vontade, caminhar até onde fosse possível. Esse desejo era claro. Imediatamente, sem forçar, em momentos diferentes, a imaginação apresentou-lhe imagens para realizar esse desejo — a mesa, o armário.

Hoje quase andou três vezes. Imaginativamente, andou três vezes. O corpo respondeu logo — ele quis caminhar mais. A circulação aumentou. Ele quer andar. Mantém esse desejo claro — numa forma viva, quase como

uma criatura. Não mistures nisso questões sobre televisão, palestras ou o que for.

Dá-me um momento… Mais uma vez: tens uma realidade conjunta, em todos os aspetos. Aplica o que disse sobre riqueza à saúde. As capacidades criativas são sempre libertadas quando vontade e imaginação trabalham juntas — em qualquer área.

A tua disposição para ajudar o Ruburt a andar, o teu incentivo — tudo isso é importante — mas o mais importante é a unidade, na prática, entre imaginação e vontade. Essa união gera capacidade criativa — em termos de saúde — que pode ser desencadeada.

Isto chega por agora. Quando voltarmos à nossa programação normal, vou manter-vos mais do que ocupados — mas a Realidade Desconhecida aplica-se a estes casos, para que os motivos desconhecidos possam ser tornados conscientes e trabalhados.

De certa forma, é perfeitamente normal ter medo do mundo. (*Quase a rir*) Sob certas condições, isso pode até ser sinal de sanidade — mas é altamente autodestrutivo colocares-te numa posição onde não possas sair para o mundo — ou, mais importante, não possas mover-te como uma criatura.

O Ruburt acha que é inferior ter medo do mundo — então é mais fácil fingir que não pode sair do que sentir-se cobarde — que é, na vossa sociedade, a etiqueta para esses sentimentos. Se o Ruburt não quer ter uma vida pública, isso não é cobardia. Mas, como pessoas privadas e como criaturas, devem valorizar a vossa liberdade de movimento — e a ligação ao mundo natural das estações.

O Ruburt não precisa achar que, se fosse livre, naturalmente iria para o mundo, para a arena, e convenceria o mundo das nossas ideias — ou pensar que, com energia liberta, isso faria parte da missão dele. Não faz. Também não se sentiria, necessariamente, mais realizado nesse papel — e é esse papel imaginário e assustador que ele rejeita — e depois recua.

Ele não foi *feito para ser* esse tipo de pessoa. Ele é bom com as pessoas, com a comunicação — mas como atividade secundária, não como esforço principal. Não há razão para ele se sentir covarde ou inferior por não "estar à altura" desse papel.

Fim da sessão.

(*"Queres dizer algo sobre o Voice?"*)

(*Num momento quase engraçado, eu e o Seth ficámos a olhar um para o outro por uns instantes. A minha pergunta, claro, surgiu por causa da primeira parte da reportagem sobre nós e o Seth, que saiu esta semana no Village Voice. Os nossos sentimentos em relação a isso foram do ridículo até à compreensão relutante de que o Jim Poett trabalhou mesmo no texto. Achamos que as fotos ficaram especialmente más, mas conseguimos perceber por que o Voice escolheu aquelas.*)

(*Suponho que este artigo em duas partes marque o fim do nosso envolvimento com os media — embora isso possa mudar, mas não é provável. Ficámos com a sensação de que é, em grande parte, uma perda de tempo e um sinal de incompreensão. É praticamente impossível, por exemplo, livrarmo-nos das conotações dos piores elementos de todo o campo: no momento em que o assunto surge, associam-nos a toda a história da mediunidade nos termos mais banais. Isso mostra a inexperiência do Poett — mas também a forma como a associação funciona em geral. Fazer com que o trabalho da Jane seja estudado e respeitado pelo que é, por si só, parece pedir o impossível à maioria das pessoas. Intuitivamente, a Jane tomou a decisão certa de se concentrar nos livros — pelo menos aí tem algo da forma que quer. Infelizmente, isso também significa que nos colocamos fora da corrente principal de atividade no campo — e que o nosso público se limita provavelmente ao indivíduo "médio". As "autoridades" não vão prestar atenção.*)

Não posso dizer nada simplesmente sobre o *Voice*.

(*"Não me importo", disse eu, querendo dizer que tinha tempo.*)

(22:10.) Dá-me um momento… O *Voice* tem pretensões artísticas. É lido pelos não-conformistas "profissionais". Lê-lo é um distintivo de individualidade na cidade. É sarcástico, friamente crítico, moderno, justo para com os menos favorecidos e, com isso, às vezes leva novas ideias a iniciadores. É intelectual, mas transporta o impulso escondido da esperança emocional — a voz distorcida de idealistas cansados, sitiados e irónicos.

Isto significa, claro, que a esperança mais sentida tem de ser passada pelo sarcasmo; que a fé mais profunda tem de ser declarada com toques bruscos — e, nesse sentido, o jornal fala por uma parte concentrada da sua população. O nosso Jim Poett, que no coração é um poeta, tem de vestir o manto gasto do cético. Tem de mostrar que, apesar da juventude, está cansado do mundo, não se deixa enganar facilmente, que é objetivo — e só então pode deixar fluir a criatividade dele.

Mas ele precisa revestir os sonhos dele com o cinismo em voga, ao mesmo tempo que tenta mantê-los claros e seguros — e permitir, graciosamente, que alguma fé, alguma esperança, se manifeste de forma incontestável.

Agora: os inovadores não são conformistas. As pessoas criativas não encaixam na sociedade — por isso, muitas vezes aparecem como excêntricas, deserdadas, obcecadas, "loucas", seja o que for — porque os desejos e intenções delas, a imaginação e a vontade, não são satisfeitos pelos princípios ou organizações do mundo convencional.

Elas estão a tentar coisas que outros não tentam — a ser criativas em qualquer área que esteja aberta — e por isso, muitas vezes, a própria criatividade ganha um ar tenso ou até grotesco. Algumas pessoas que te escrevem são assim — procuram um padrão racional grande o suficiente para conter, explicar e concentrar a criatividade incompreendida delas.

O *Village Voice* é provavelmente lido por mais jovens criativos e por mais gente ligada às artes do que qualquer outro jornal de Nova Iorque. Para essas pessoas, o novo jornalismo é transparente. Veem-no como o modo atual e necessário de escrever — mas a maioria entende, inconscientemente, os motivos por trás das técnicas, tal como te expliquei.

As ideias são usadas de forma surpreendente por pessoas criativas — e muitos que lerem o artigo vão usá-lo, à maneira deles, como material criativo. Vocês os dois acham que a posição do Ruburt é má na sociedade — que as pessoas veem os médiuns como fantasmas ou "freaks". Essas crenças ajudaram a criar as vossas fotografias — porque, embora não gostem da ideia, acreditam nela.

O Poett e o fotógrafo acreditam no mesmo — só que eles acham o "assustador" e a estranheza qualidades recomendáveis que contrastam com o que eles veem como a suavidade do homem comum.

Fim da sessão.

(*Obrigado.*)

E uma carinhosa boa noite.

(*O mesmo para ti.*) (*22:28.*)

SESSÃO APAGADA

18 de Outubro de 1978

(*A condição física da Jane continua a mudar e a melhorar. Ela agora já anda outra vez com a mesa, duas ou três vezes por dia, e parece melhorar de cada vez. Esta noite portou-se muito bem. Parece que andamos a fazer as coisas muito melhor. Estou a dactilografar a Sessão 741 para a "Realidade Desconhecida". Ela acabou o Seven Two, etc., por isso acho que esses eventos também ajudaram a iniciar as mudanças.*)

(*Às vezes a Jane acorda-me de noite; quase chora de desconforto — mas agora já percebemos que essas dores são os músculos a quererem ser usados; até agora, no entanto, ainda não conseguimos sair da cama nesses momentos, que costumam acontecer uma hora antes do despertador tocar; esses surtos acontecem depois de ela dormir várias horas, e o corpo quer ação. Acho que a Jane deu o sinal ao corpo de que é altura de mudar — um ponto de aprendizagem para ela.*)

(*Depois do jantar de hoje, ela caminhou duas vezes — e cada vez mais rápido do que em anos anteriores — um sinal surpreendente e encorajador. Mostra que o corpo consegue. Ela ficou animada. Também mostrou outros movimentos corporais mais rápidos, mais tempo, nos braços e nas pernas. O Seth disse que, quando o corpo começasse a recuperar, haveria um desenvolvimento geral. Ao mesmo tempo, a Jane tem-se exercitado muito ultimamente — eu preferia que não exagerasse.*)

(*Na semana passada saiu a segunda e última parte do artigo do Village Voice. Todos concordaram que era muito melhor do que a primeira — por isso, isso já ficou resolvido. Acho que nós os dois fizemos boas citações no artigo — e fico contente que muita gente tenha tido hipótese de lê-las.*)

(*A Jane não sabia se queria uma sessão hoje à noite ou não — mas sugeri que fizesse pelo menos uma curta, para o Seth dizer algo sobre a capacidade de movimento dela.*)

Boa noite.

(*Boa noite, Seth.*)

(*Com humor:)* Vejo que a festa de Outubro está a começar.

Ora bem: há uma questão principal, em particular, que prejudica uma vida plena — de um modo geral — e que se manifesta em muitos casos como doenças físicas, ou como a "doença" de relações ruins, ou na falta de realização. Manifesta-se, sobretudo, em qualquer tipo de comportamento

obsessivo, mental ou físico. É a necessidade exagerada, "não natural", de segurança. Essa necessidade demasiado desenvolvida de segurança é bastante comum na vossa sociedade — leva à criação de barreiras e mais barreiras para proteger o indivíduo de si mesmo e do mundo.

Resumidamente — porque já disse isto antes — todas as vossas disciplinas encaram o eu natural como algo desagradável no seu carácter básico. Não se pode ter medo de si mesmo e não ter medo dos outros. Essas atitudes levam a um controlo excessivo do corpo, do ambiente ou de outras pessoas. Um tirano familiar, por exemplo, pode não ter sintomas físicos, mas ser completamente obcecado em controlar os membros da família, encher a casa de regras, limitar a liberdade da família — ou o que for.

Não é permitida nenhuma imprevisibilidade. A vida torna-se uma sequência de hábitos e, nos doentes mentais, por exemplo, podes ter hábitos aparentemente sem sentido, executados de forma compulsiva.

No geral, na tua sociedade, as pessoas têm pouca oportunidade de trabalhar com o eu natural, de explorar as suas características — muito menos de se convencerem da sua boa intenção. Esta noite, o Ruburt tem provas da boa intenção do eu natural dele. Ele tratou o corpo como um tirano trata o povo — e o corpo opôs-se vigorosamente. Mas o corpo não guarda rancor — e por isso começou a responder à nova atitude do Ruburt, e essa nova atitude permite-lhe deixar o corpo expressar-se.

Já disse muitas vezes: o corpo não está doente — e não está. A velocidade, a agilidade normal, estão lá para serem libertadas. Esquece o que ouviste, mais uma vez, sobre o que o corpo pode ou não fazer — ou o que deve acontecer antes de tal ou tal desempenho aparecer — porque o corpo em si exulta com a imprevisibilidade criativa e, se tiver hipótese, adora atuar.

Os padrões habituais podem ser quebrados da noite para o dia com a imprevisibilidade criativa — que é, obviamente, uma das maiores qualidades da vida. Ela brota por toda a parte, em qualquer idade, trazendo oportunidades e realizações aparentemente novas sempre que lhe dás espaço.

Algumas velhas pendências — só para serem ventiladas, para não ficarem enterradas — isso é material antigo: a mãe do Ruburt costumava dizer-lhe que ele destruía tudo o que tocava. Por isso, quando os livros começaram a vender bem — e por razões que já referi — ele preocupou-se com essa energia. Como o trabalho dele era novo, só tinha fé em si mesmo

para continuar — e essa fé, de facto, às vezes era instável.
Toma isto em mente e fala do assunto com ele.

Ele decidiu caminhar — o corpo sabe instantaneamente quando a decisão é tomada. Uma compreensão prudente da necessidade de segurança é sensata — e está incorporada no corpo. Mas nenhum animal ou pessoa pode funcionar plenamente sob ameaças constantes, mesmo que sejam implícitas. O sentimento de segurança pode ser ampliado ao concentrares-te no momento — e ao perceberes que essas ameaças são, na verdade, imaginárias e criadas por ti mesmo.

O Ruburt pode, por exemplo, ir à televisão 50 vezes — ser recebido com aplausos, aclamação e compreensão — mas, na realidade dele, imaginativamente, seria recebido com desprezo e escárnio. Ele nunca precisa de ir à televisão — mas deve perceber que o factor de segurança já está embutido e é fiável. Se ele entender isso, então tem total liberdade e segurança.

Mais uma vez: ele não precisa sentir — e não deve sentir — que o ideal seria ser uma personalidade pública, a correr o mundo a "vender" as nossas ideias. Esse tipo de pessoa não seria o tipo de ser que receberia este tipo específico de informação — ou estas sessões para começar.

Os medos do Ruburt deram-lhe uma atitude de "preto ou branco": ou é público ou é privado. Mas há muitas gradações entre os dois que lhe assentariam muito bem. O que ele está a sentir agora é a energia natural a passar pelo corpo físico dele.

Algumas observações antes de terminarmos por hoje: não há dúvida de que o Ruburt deu um grande passo em frente — e tu também, em termos das tuas ideias — para aquilo que chamo de *material ilustrado do Seth.* Vais ver que estás a unir habilidades, de forma que escrever e pintar já não te parecem capacidades "opostas", com uma distância entre elas. Vais descobrir que ambas são braços criativos do teu ser psíquico essencial — e, como resultado, as duas serão melhoradas e realizadas.

Faz com que o Ruburt continue a ler a sessão todas as manhãs, como tem feito — e espera mais acontecimentos para a vossa festa de Outono. Vais ver também que os teus sonhos te darão material.

Fim da sessão e uma boa noite.

(*Muito obrigado, Seth. Boa noite.*)

(*A Jane acabou por ficar contente por ter feito a sessão. Sugeri que lesse o livro todos os dias durante algum tempo, juntamente com os outros que anda a analisar.*)

(*A referência do Seth ao "material ilustrado do Seth" vem de ideias que mencionei à Jane há pouco. Na verdade, já as tenho há algum tempo — envolvem ilustrações, a preto e branco ou a cores, de algumas das minhas próprias aventuras psíquicas, talvez para usar num trabalho como Through My Eyes. Eu não me importaria de trabalhar um pouco no projeto assim que terminar o Realidade Desconhecida este fim-de-semana, juntamente com outras coisas que temos em mãos. Uma vantagem seria unir os aspetos da arte e da escrita — especialmente pinturas de alguns dos meus sonhos.*)

SESSÃO ELIMINADA

25 de Outubro de 1978

(*No sábado passado, enviei as últimas quatro sessões do Volume 2 do Realidade Desconhecida para a Prentice-Hall — e esta semana já fechei o Capítulo 1 do Psyche.*)

(*Ontem, no dentista, soube por um raio-X que tenho dois dentes estragados na mandíbula inferior direita que precisam de ser removidos. Isto depois de o pêndulo me ter garantido, várias vezes nas últimas semanas, que os dentes estavam perfeitamente bem. E, ao mesmo tempo, têm-me incomodado com alguma frequência. O pêndulo dizia-me que os dentes estavam a responder às minhas projeções negativas de que os dois volumes do Realidade Desconhecida não teriam grande impacto no mundo lá fora, acontecesse o que acontecesse.*)

(*Perante esta contradição enorme, pedi que o Seth explicasse hoje à noite o que aconteceu. Também queria trabalhar com o pêndulo com a Jane — e queria perceber tudo antes de começarmos. Ainda tenho fé no pêndulo, porque já tive bons resultados.*)

(*A Jane esperava ter material sobre ela própria. Continua a caminhar todos os dias — seis vezes por dia — e também faz exercícios duas vezes por dia na cama. Diz que sente progresso, embora às vezes fique desanimada. Também está muito melhor no controlo do corpo no WC.*)

Bem (*um pouco alto*): o pêndulo.

O pêndulo pode ser usado de forma eficaz em certas condições. Permite alguma comunicação entre as partes consciente e "inconsciente" do eu.

Permite um certo tipo de comunicação "preto ou branco", sim ou não, com uma pequena margem para um "talvez" de vez em quando. Claro que não permite uma gama completa de comunicação — responde às perguntas como são feitas, mas responde ainda mais às perguntas ou sentimentos não expressos.

Por um lado, o uso geral e fiável do pêndulo idealmente envolveria alguns momentos por dia — para que a ligação fosse estabelecida em circunstâncias regulares, sem a pressão de querer uma resposta sobre um problema ou sintoma específico. O ideal é relaxares o mais possível primeiro — um leve transe, por exemplo, dá resultados mais fiáveis — mas a mente deve acalmar-se. Tens de entrar num tipo de impulso neutro.

O pêndulo tem sido usado para uma variedade de propósitos em várias culturas — onde, aliás, os adivinhos, desde pequenos, foram treinados para usar esse instrumento. Quando a tua mente está confusa, e quando estás mesmo preocupado com um problema em particular, então não desces o suficiente, digamos assim, ao nível psíquico.

Tu não querias que os dentes estivessem estragados — o suficiente para isso ser natural. O nível a que chegaste foi aquele que respondeu a esse medo de que talvez os dentes estivessem mesmo maus. Disseste que, claro, querias saber a verdade — mas o pêndulo respondeu à parte de ti que estava com medo, tentando acalmar esses receios, como, por exemplo, uma mãe pode dizer: "Não, não te preocupes, vai ficar tudo bem", enquanto, por dentro, ela própria faz contas rápidas sobre o que é preciso fazer — mas primeiro acalma a criança.

Se estivesses mais relaxado a usar o pêndulo, "ele" não teria precisado de acalmar esses medos — e teria percebido que estavas perfeitamente capaz de receber a resposta. O facto é que uma resposta "sim", naquele momento, não te teria ajudado muito — um facto conhecido pelo inconsciente, claro. Ao usares o pêndulo, é boa ideia colocares mentalmente uma distância entre a tua mente consciente e o pêndulo — para que os medos se dissolvam e o corpo e a mente fiquem suficientemente tranquilos.

Em relação aos dentes, como disseste, estás rodeado por um mar de crenças — em que os dentes não são considerados duradouros. Se conseguires lembrar-te de que o teu corpo existe principalmente no Plano subjetivo, isso pode ajudar-vos a separar dessas crenças negativas do Plano

físico. Porque, ao mudares a perspetiva mental, tiras o corpo desse contexto.

Fazer uma pergunta a ti mesmo, escrevendo-a depois de relaxares, como te disse, muitas vezes traz ótimos resultados. Escreve então o que vier à mente sem questionar. Pode ser uma resposta direta — ou um poema, ou uma frase que, à primeira vista, pareça não fazer sentido. Aqui, no entanto, estás a dar ao subconsciente uma margem muito maior de expressão — ou podes pedir que essa escrita te traga mais informações sobre uma resposta de "sim" ou "não" do pêndulo.

Leva tempo a entenderes porque é que o pêndulo responde como responde — mas ele estará sempre a responder não só à tua pergunta literal, mas também à estrutura maior e às circunstâncias emocionais ligadas a ela. É muito difícil, quando estás honestamente preocupado, manteres-te despreocupado ao trabalhar com o pêndulo — e, ainda assim, para obteres os melhores resultados, deves atingir um estado mental onde deixas as respostas fluírem sem te preocupares se é "sim" ou "não". Caso contrário, a tua preocupação afeta os resultados — e o pêndulo "trata" primeiro o teu medo.

No caso dos dentes em particular, a resposta do pêndulo não foi "desonesta". Se houvesse um perigo real, esse perigo teria sobreposto outras circunstâncias. Às vezes, porém, o medo é tão grande que o inconsciente inicia processos calmantes — porque o processo de cura depende disso. Entendes a diferença?
(*Sim.*)

(21:50) Dá-me um momento… (*olhos fechados*) A carta que escrevi ao [Michael] Kosok aplica-se, de certa forma — tal como o artigo sobre o psicólogo de que o Ruburt te falou. As vossas suposições sobre a realidade tornam-se realidade. Enquanto estiveres apenas no Quadro 1, parece não haver plataforma — objetiva ou subjetiva — para veres a realidade de outra forma senão aquela que parece ser. Tens mesmo de mudar todas as tuas suposições — e enquanto viveres num mundo que parece funcionar por regras diferentes das tuas, ainda não consegues fazer com que todas as tuas próprias regras se manifestem plenamente. Só aqui e ali encontras uma janela de clareza — uma abertura na névoa.

O psicólogo acreditava piamente na teoria dele — a da desintegração mental com a idade — e fez questão de a provar, criando dificuldades por autossugestão. A teoria encaixou-se perfeitamente no Plano físico — e a

psicologia não a desafiou. Nenhum obstáculo surgiu. As ideias que defendo encontram desafios por todo o lado — e tu tentas aplicá-las no meio de um mar tumultuoso de crenças contrárias.

Mesmo assim, o caminho do teu crescimento exige — e anseia por — essa expansão. As tuas experiências servem para mostrar a outros a direção certa.

Dá-me um momento… Vai ajudar se, uma vez por dia, colocares mentalmente a tua existência no Plano subjetivo. Basta dizeres a ti mesmo que estás a fazer isso — o lembrete funciona como uma excelente sugestão e coloca uma distância mental entre ti e as crenças do mundo.

Haverá uma aceleração na popularidade dos nossos livros nos próximos anos — mas, mais importante, deves estar pronto para ganhar uma compreensão maior do Plano subjetivo e dos Codicilos, que são extremamente importantes. É preciso trabalho psicológico sério — mas a direção da vossa vida já está a levar-vos a certos desenvolvimentos que eram inerentes desde o princípio. Isso tem a ver com ciclos de aprendizagem e compreensão — em que a maturidade é muito importante.

O acompanhamento das experiências na política pelo Ruburt continuará — mas ele precisava de uma pausa entre elas. Estou satisfeito com o progresso físico dele e com a vossa determinação. Estão a fechar um ciclo e a começar outro — que será muito satisfatório e criativo.

Em circunstâncias semelhantes às do pêndulo, podes perguntar: "Estás a dizer isto para acalmar os meus medos?"

Dá-me um momento… Vão ter progressos em todas as áreas das vossas preocupações — individuais e conjuntas. Quero que tentem sentir a energia do Plano subjetivo nas vossas vidas diárias, lembrando-se da sua existência com frequência — e procurando pistas e sinais dela. Quando o fazem, essas pistas aparecem. Quando não o fazem, pode parecer que estão presos no Plano físico. Observem então todos os eventos — e a forma como se interlaçam.

Tens alguma pergunta?

(*Acho que não.*)

Então desejo-te uma boa noite.

(*Obrigado, Seth.*)

— e não te preocupes com a tua *pendulite*.

(*Ok. Boa noite.*)

(*O Seth escreveu a carta para o Michael Kosok a 28 de Julho de 1975, na sessão 752. Junto com a carta, há um tratado escrito pela própria Jane, com excelente material sobre como as nossas perceções moldam a nossa realidade — desde os eletrões em diante. É mesmo muito bom e eu até me tinha esquecido dele; vejo agora que devia ter sido incluído em algum ponto da Realidade Desconhecida. Trata da forma como os conceitos, tal como os nossos sentidos, atuam como programadores da realidade. Mostra bem como criamos a nossa visão científica do universo. A Jane contou ontem que o encontrou num caderno antigo e disse que, embora fosse ela a escrever, "veio do Seth".*)

(*O artigo sobre o psicólogo que cria a própria realidade, prevendo a própria deterioração mental, está na última edição da revista Human Nature — Novembro de 1978. Já tínhamos ouvido falar dele antes — Donald Hebb, hoje com 72 anos — e a história dele é um caso clássico de autossugestão ao longo dos anos.*)

SESSÃO APAGADA

1 de Novembro de 1978

(*Amanhã vou enviar para a Prentice-Hall os capítulos 7 e 8, mais a introdução, do Psyche da Jane. Já comecei a trabalhar no Capítulo 9, dos 11 que compõem o livro.*)
(*A Jane não fez perguntas, mas confiou no Seth para trazer informações pertinentes sobre o estado físico dela, que continua a melhorar. Continua — e até alargou — as caminhadas diárias, os exercícios, etc.*)

(*Hoje recebemos, provavelmente, 30 cartas da Prentice-Hall, algumas datadas do início de Outubro. Não sabemos o motivo do atraso, mas o lote compensa o que considerávamos uma quebra no volume de correspondência no último mês — a Jane estava preocupada com uma possível queda nas vendas, ou algo assim. Ela escreveu impressões no verso de cada envelope e, entre as primeiras que abriu, encontrou bons "acertos". Ao mesmo tempo, à hora da sessão, estava bastante chateada — realmente impressionada — com o conteúdo de algumas cartas que leu. Concordámos que, normalmente, dávamos mais atenção a uma carta negativa do que a dez positivas — e, de longe, a maioria era muito positiva, amigável, às vezes até lisonjeira. Algumas mencionavam os artigos no Village Voice.*)

(*O Seth também aborda alguns outros tópicos, sobre os quais farei apontamentos quando ele os referir.*)

Boa noite.

(Boa noite, Seth.)

Bem: o Ruburt já andou de porta em porta a vender cosméticos. Escreveu sobre essas experiências num romance que não chegou a publicar. Anonimamente, visitou muitas casas — e viu as insatisfações, os medos, as dificuldades que sabia que cosmético nenhum podia resolver.

Agora tu não estás a vender cosméticos — e o Ruburt já não vai de porta em porta — mas as pessoas vêm ter convosco, fisicamente ou por correspondência, e agora têm muito mais para oferecer. Vocês não estão a tentar embelezar o mundo — estão a tentar reestruturar a experiência diária das pessoas que nele vivem.

Houve uma vez em que o Ruburt recebeu umas páginas muito interessantes de uma visão do mundo, onde o autor dizia — em termos arcaicos — que era um "provador de vida", enviado por Deus para provar a qualidade da experiência humana, para que Deus soubesse que novos ingredientes deviam ser acrescentados.

Agora: a espécie tem os seus provadores de vida — sempre surgem em certos momentos para verificar a qualidade geral da vida, ver que novos ingredientes devem ser adicionados, que novas direções devem ser seguidas, que ideias ou invenções devem ser plantadas para a colheita futura.

Algumas pessoas escrevem-te nos seus triunfos e nos seus desesperos, dando-te, no geral, uma biblioteca única e privada de leitura — biografias resumidas das pessoas do teu tempo e país. Isso dá-te uma perspetiva muito mais rica do que, por exemplo, qualquer série de televisão ou estudo académico neutro de seres humanos hipotéticos.

As cartas particulares, embora particulares, são de uma forma estranha uma manifestação pública de emoções — pois essas pessoas, claro, são o público. Escrevem para ti ou para mim, mas as perguntas são, na verdade, dirigidas ao universo através deste endereço.

Representam os anseios, as exaltações e as esperanças mais profundas das pessoas. Servem como amostras espalhadas à tua frente — exemplos das variedades da experiência humana atual. A maioria não espera que tu ou eu resolvamos os problemas deles — mas têm esperança de que, de

alguma forma, possam ser resolvidos, e que esses problemas sejam importantes.

A vossa ciência evolutiva, combinada com a psicologia, serviu para tirar aos homens e mulheres o sentido de dignidade e significado — de modo que os problemas e dificuldades foram, de certa forma, despersonalizados. Por exemplo: tornaram-se parte dos processos "naturais" de envelhecimento da espécie, como dizia o artigo do teu psicólogo. Não faria diferença quem eras ou o que eras — o problema, digamos, da senilidade seria um fenómeno objetivo que simplesmente acontece, resultado da degradação do corpo. Certos problemas mentais seriam rotulados de "esquizofrenia" — ponto final — sem qualquer tentativa de perceber que um indivíduo único podia ter problemas profundos em diferenciar realidades.

(*Aqui o Seth refere-se a um artigo de Donald Hebb, um psicólogo canadiano, que escreveu na Psychology Today de Novembro de 1978 sobre o declínio das próprias capacidades cognitivas. Ele ocupou-se a monitorizar essas habilidades com a idade — agora tem 74 anos — para provar a própria teoria sobre envelhecimento e senilidade, tema sobre o qual escreveu muito. Nos textos, ele não faz referência à parte das sugestões negativas que constantemente se dá, e que podem ter a ver com o aumento do esquecimento — algo que achamos surpreendente. Infelizmente, é visto como uma autoridade importante; perguntamo-nos quantos alunos incutiu com a mesma ideia negativa ao longo dos anos como professor. O artigo está no nosso arquivo.*)

As pessoas sentiram-se despersonalizadas por esses rótulos. Diziam-lhes: "Ah, sim, és vítima de úlceras, ataques de ansiedade — ou o que for", enquanto a parte do sofrimento muito pessoal era ignorada. Assim, até certo ponto, muitas pessoas escrevem para pedir aceitação da sua individualidade — mesmo que isso inclua problemas graves — e vocês os dois devem ficar mesmo impressionados com a vitalidade e a singularidade da natureza humana.

Isto não significa, de forma alguma, que devam concentrar-se nos problemas de que as pessoas vos escrevem. Mas mesmo esses problemas servem de estímulo para estas sessões — e empurram-vos a procurar mais respostas.

É muito importante, mais uma vez, lembrar o contexto em que as cartas são escritas — e o grande impulso de criatividade que sustenta o

mundo. Devo lembrar-vos de que a boa intenção das pessoas, a criatividade construtiva, o desejo de "fazer melhor" — é muito mais forte, muito mais vital e abrangente do que qualquer uma das qualidades negativas delas. Senão, simplesmente, não teriam um mundo, nos vossos termos.

A honestidade e a boa intenção da maioria mantêm o mundo unido. As cartas servem para educar. Aprende tudo o que puderes com elas.

(21:41) Dá-me um momento… O Ruburt está a ir muito bem. A intenção dele é andar — e, no fim, andar normalmente. Ele lidou bem com o desconforto — porque as várias partes do corpo voltaram a ser usadas.

Os desenvolvimentos estão quase prontos — e quero que ele se lembre, mais uma vez, da diversão da criatividade em todos os níveis, incluindo o físico. Os problemas das pessoas podem ser uma fonte de material — mas não deves insistir neles. Devem ser postos de parte para que as habilidades criativas possam transformá-los à sua maneira.

(21:45) Dá-me um momento… Deves também lembrar-te de que cada pessoa está, igualmente, mergulhada no Plano subjetivo. A boa intenção e a criatividade que as pessoas, por vezes, não conseguem exprimir, continuam lá — e enriquecem a atmosfera psicológica.

Agora, (*o presidente*) Carter é um homem de boas intenções. Está a tentar, de forma inteligente, apelar às boas intenções mal direcionadas de Sadat e Begin — e, com isso, redirecionar as políticas do mundo. Ao mesmo tempo, tem de lidar com as artimanhas da política — e com os truques para "salvar a face", tão conhecidos tanto na religião como na política.

(*Amanhã vou enviar para a Prentice-Hall os capítulos 7 e 8, mais a introdução, do Psyche da Jane. Já comecei o Capítulo 9, dos 11 que fecham o livro.*)

(*A Jane não fez perguntas, mas confiou no Seth para trazer informações úteis sobre a condição física dela, que continua a melhorar. Ela mantém — e até amplia — as caminhadas diárias, os exercícios, etc.*)

(*Hoje recebemos, provavelmente, 30 cartas da Prentice-Hall, algumas datadas de início de Outubro. Não sabemos porquê o atraso, mas o lote compensou o que parecia uma queda no volume de correspondência do mês passado; a Jane estava preocupada com uma possível quebra nas vendas ou algo assim. Ela escreveu impressões no verso de cada envelope e, logo entre as primeiras, encontrou bons "acertos". Ao mesmo tempo, na hora da sessão, estava mesmo abalada e irritada — impressionada — com*

o conteúdo de algumas cartas. Concordámos que, normalmente, damos mais peso a uma carta negativa do que a dez positivas — e, de longe, a maioria era muito positiva, amigável, até aduladora. Algumas mencionavam os artigos no Village Voice.)

Agora: o Ruburt já foi de porta em porta a vender cosméticos. Escreveu sobre isso num romance não publicado. Visitou muitas casas, anonimamente — e viu as insatisfações, os medos, as dificuldades que nenhum cosmético podia resolver.

Hoje tu não estás a vender cosméticos — e o Ruburt já não vai de porta em porta — mas as pessoas vêm ter convosco, fisicamente ou por carta, e agora tens muito mais para oferecer. Não estás a tentar embelezar o mundo — estás a tentar reestruturar a experiência diária das pessoas que nele vivem.

Houve uma vez em que o Ruburt recebeu umas páginas muito interessantes de uma visão do mundo, onde o autor dizia — em termos arcaicos — que era um "provador de vida", enviado por Deus para testar a qualidade da experiência humana, para que Deus soubesse que novos ingredientes deviam ser acrescentados.

A espécie tem os seus provadores de vida — que surgem, sempre, num determinado momento, para verificar a qualidade geral da vida, ver que novos ingredientes devem ser acrescentados, que novas direções devem ser seguidas, que novas ideias ou invenções devem ser semeadas para colheitas futuras.

Algumas pessoas escrevem-te sobre os triunfos e os desesperos delas — dando-te, no geral, uma biblioteca única, privada, de leitura — pequenas biografias resumidas de pessoas do teu tempo e do teu país. Isso dá-te uma visão muito mais rica do que qualquer série de televisão ou estudo académico neutro de seres humanos hipotéticos.

As cartas particulares, embora particulares, são de uma forma estranha uma manifestação pública de emoções — porque essas pessoas são, claro, o público. Escrevem para ti ou para mim — mas as perguntas são, na verdade, dirigidas ao universo através deste endereço.

Representam os anseios, as exaltações, as esperanças mais profundas das pessoas. Servem como amostras, espalhadas à tua frente — exemplos da variedade da experiência humana atual. A maioria não espera que tu ou eu resolvamos os problemas delas — mas há a esperança de que, de algum modo, se resolvam, e de que esses problemas, por si, sejam importantes.

A vossa ciência evolucionária, combinada com a psicologia, tirou aos homens e às mulheres o sentido de dignidade e de significado — de tal forma que os problemas e dificuldades foram, em certo sentido, despersonalizados. Tornaram-se parte dos processos naturais de envelhecimento da espécie — como no artigo do teu psicólogo. Não faria diferença quem eras — ou o que eras — o problema, digamos, da senilidade seria um fenómeno objetivo que te acontecia, resultado da degradação do corpo. Certos problemas mentais seriam rotulados de "esquizofrenia" — ponto final — sem qualquer tentativa de perceber que um indivíduo único podia ter grandes dificuldades para distinguir realidades.

(*Aqui o Seth fala do Donald Hebb, o psicólogo canadiano que escreveu na Psychology Today de Novembro de 1978 sobre o declínio das próprias capacidades cognitivas. Ele monitorizava as habilidades à medida que envelhecia — agora com 74 anos — para provar a própria teoria sobre envelhecimento e senilidade, tema em que escreveu muito. Nos textos dele, não há qualquer referência à parte das sugestões negativas que se dá a si mesmo, e que podem ter relação com o aumento do esquecimento — algo surpreendente. Infelizmente, é visto como uma autoridade importante; perguntamo-nos quantos alunos incutiu com essa crença negativa ao longo da carreira. O artigo está no nosso arquivo.*)

As pessoas sentiram-se despersonalizadas sob esses rótulos. Diziam-lhes: "Ah, sim, és vítima de úlceras, ataques de ansiedade — ou o que for", enquanto a parte íntima do sofrimento era ignorada. Assim, muitas escrevem para pedir aceitação da sua individualidade — mesmo que isso inclua problemas graves — e vocês os dois devem ficar impressionados com a vitalidade e a singularidade da natureza humana.

Isto não quer dizer que devas concentrar-te nos problemas das pessoas que escrevem. Mas mesmo esses problemas servem de estímulo para estas sessões — e empurram-vos a ir mais fundo.

É muito importante, mais uma vez, lembrar o contexto em que essas cartas são escritas — e o grande impulso de criatividade que sustenta o mundo. Devo lembrar-vos de que a boa intenção das pessoas, a criatividade construtiva, o desejo de "fazer melhor" — é muito mais forte, muito mais vital e abrangente do que qualquer qualidade negativa. Caso contrário, simplesmente, não teriam um mundo.

A honestidade e a boa intenção da maioria mantêm o mundo unido. As cartas servem para vos educar. Aprende o que puderes com elas.

Dá-me um momento… O Ruburt está a ir muito bem. A intenção dele é andar — e, no fim, andar normalmente. Lidou bem com o desconforto — pois as várias partes do corpo voltaram a ser usadas.

Os desenvolvimentos estão quase prontos — e quero que ele se lembre, mais uma vez, da diversão da criatividade a todos os níveis — inclusive o físico. Os problemas das pessoas podem ser fonte de material — mas não deves insistir neles. Devem ser postos de lado para que as capacidades criativas os transformem à sua maneira.

Dá-me um momento… Deves lembrar-te também de que cada pessoa está imersa no Plano subjetivo. A boa intenção e a criatividade, que muitas vezes não conseguem exprimir bem, continuam a existir — e enriquecem a atmosfera psicológica.

Agora, (*o presidente*) Carter foi um cardeal nos séculos XIII ou XV — não sei ao certo qual — então era criativamente sem princípios, confortavelmente lascivo, mas sabia como lidar com políticos. E agora veste o traje psicológico de um príncipe da Igreja.

Tens sorte, porque o carácter dele não é dado ao fanatismo — é moderado nesse aspeto. Ele terá o dedo em muitas tortas — enquanto um fanático se concentraria demais numa só.

Espero mais desenvolvimentos criativos do Ruburt em todos os níveis. Sugiro que faça algumas poesias. Tens alguma pergunta?

(*Pensei um momento.*) — *"Porque é que o Tam estava tão chateado com o facto de a Realidade Desconhecida ser tão longa?"*

Dá-me um momento…

Ele não estava chateado com isso. Estava aborrecido com a Prentice noutros assuntos — e começou a preocupar-se com a possibilidade do *Realidade Desconhecida* ser demasiado longo — podia ter dificuldades. O Tam gosta de agradar — por isso, muitas vezes tem problemas quando tenta agradar a muitas pessoas ao mesmo tempo.

Fim da sessão —

(*Ok.*)

— e uma boa noite carinhosa.

(*Obrigado. O mesmo para ti.*)

"Jesus Cristo, isto foi curto", exclamou a Jane, olhando para o relógio, "mas não pareceu curto."

(*A informação do Seth sobre o presidente Carter foi inesperada para nós, porque não tínhamos pedido nada do género. No entanto, encaixa-se em muitos dos nossos questionamentos recentes sobre as negociações de paz no Médio Oriente nos últimos meses — e sobre o comportamento dos três que se reuniram em Camp David: Carter, o presidente Sadat do Egipto e o primeiro-ministro Begin de Israel. Recentemente, Jane e eu achámos irónico o facto de Begin e Sadat terem recebido o Prémio Nobel da Paz juntos — evidentemente, concluímos sarcasticamente, porque depois de trinta anos de luta, Israel e Egipto não estavam a disparar um contra o outro — pelo menos por agora.*)

(*Talvez a parte mais perturbadora — ou revoltante — de tal comportamento seja o facto de o melhor que a nossa sociedade consegue fazer seja premiar homens por tais ações. Uma indicação clara de onde estamos como sociedade mundial — e de quão longe ainda temos de ir.*)

(*Outro ponto: a referência do Seth no início à "ciência evolucionária" provavelmente veio de termos lido um artigo recente sobre Robert Jastrow, astrónomo ligado à NASA. Jastrow cita a teoria do big bang como facto comprovado — embora seja só a teoria mais recente, até onde sabemos. O artigo, publicado na Penthouse de Novembro de 1978, está no arquivo. Jastrow fala também de como a vida computacional baseada em silício substituirá o homem e as suas emoções confusas — ideias que condizem com o pensamento "científico" atual sobre a inutilidade inata do homem e a sua criação acidental. Jastrow acha que chegámos a um beco sem saída em termos de evolução. Uma nota: o Seth respondeu a este tipo de pensamento há dois anos, no capítulo 7 ou 8 do Psyche.*)

(*Tanto Jastrow como Hebb são homens brilhantes — disse eu à Jane, deitados na cama depois da sessão de ontem à noite — e isso trouxe, mais uma vez, uma pergunta básica que tenho. Em resumo, prende-se com o facto de que a nossa sociedade mundial é agora conduzida por homens brilhantes que pensam assim. Perguntei-me, em voz alta, porque é que não há outros homens brilhantes para questionarem pessoas como Hebb e Jastrow — para lhes dizerem que as ideias deles são limitadas e distorcidas — para defenderem o tipo de pensamento em que eu e a Jane acreditamos. O mais desanimador é ver que, na nossa sociedade, neste momento, esta é a visão dominante — sem ninguém de estatura a fazer perguntas incómodas. Perguntei-me: o que aconteceu à oposição leal?*

Desapareceu quando ficou em minoria? Aqueles que poderiam ter feito diferença neste pensamento mecanicista abandonaram o campo quando perceberam o resultado? Ou nunca existiram para começar? Muito poderia ser escrito sobre estas questões.)

SESSÃO APAGADA

8 de Novembro de 1978

(*Hoje terminei de rever o Capítulo 11 do Psyche — o último livro concluído do Seth — e embrulhei-o, junto com o Capítulo 10, para enviar amanhã à Prentice-Hall. Estou em dia com o trabalho do Seth, tirando o que possa surgir no Mass Reality — mas consideramos isso trabalho em andamento, claro. É uma sensação estranha, depois de três anos...*)

(*Perguntei à Jane se o Seth podia comentar a minha dificuldade na garganta. Ultimamente, a garganta — ou o céu da boca — tem-me incomodado. O pêndulo disse-me ontem que isso se devia a eu estar preocupado com o facto de o Psyche que fechámos este ano nos dar mais dinheiro, o que, por sua vez, significaria impostos mais altos em Abril — uma preocupação ridícula, eu sei, mas coerente com as minhas atitudes antigas em relação a dinheiro e impostos. Achei que já tinha aprendido algumas coisas sobre isso — mas este problema faz-me pensar. Também estava hesitante em levar o pêndulo à letra, depois do que aconteceu com os dentes. Mas achei que tinha aprendido com aquele episódio — por isso decidi tentar de novo.*)

(*Também combinámos tentar algo para o Frank Longwell, que se meteu numa situação complicada com impostos, negócios — o "caso Edgecomb" — e problemas relacionados, que desconhecíamos quase totalmente até há pouco.*)

(*A Jane continua a melhorar fisicamente — especialmente a parte de andar, que melhorou visivelmente na última semana. Ela esperava que o Seth fizesse mais comentários.*)

(*Algumas notas agora, em vez de no fim: na quinta-feira, 9 de Novembro, tirei os dois dentes com o Paul O'Neill — foi um momento mesmo difícil, mas depois de uma noite e uma manhã desconfortáveis, estou a recuperar como esperado. Estou feliz por ter acabado, nem preciso dizer. Mais restaurações e trabalhos "positivos" estão previstos... O Tam*

deve chegar na próxima quinta-feira, trazendo o Seven copiado... Assim que voltei para casa na quinta, depois das extrações, a Jane disse-me que a Eleanor Friede queria vir visitar-nos no sábado. Aceitámos, à espera que eu já estivesse melhor. É sexta-feira à noite enquanto escrevo isto. A cara está melhor. A Jane e eu achamos engraçado — não deve ser coincidência o Tam e a Eleanor estarem aqui com poucos dias de diferença. Além dos livros que os dois têm nas obras da Jane, que outras razões os levariam a visitas quase simultâneas, perguntamo-nos...)

Boa noite.

(*Boa noite, Seth.*)

Dissertação: impostos, indulgência, idade e crenças — essa é a manchete (*com diversão*).

Agora: no vosso país, no geral, tanto ricos como pobres recebem uma infinidade de serviços — muitos dos quais são, claro, dados como garantidos. Os ricos não podem comprar uma lâmpada melhor do que a dos pobres, embora possam ter lustres em abundância — mas a eletricidade chega a todos, às zonas mais pobres e às mais ricas. Ricos e pobres contam com bombeiros e polícia. Os ricos não têm água mais pura do que os pobres. Ricos e pobres caminham pelas mesmas ruas da cidade. A mesma rua não fica repentinamente dourada sob os pés do homem ou da mulher ricos — e os buracos nas estradas municipais, estaduais ou federais são sentidos da mesma forma pelos pneus do Cadillac ou do humilde Volkswagen.

Os esgotos levam a drenagem de apartamentos, mansões — e também de caravanas — e tudo isso tem de ser pago pela população.

Quando eras jovem, em Nova Iorque, quando ganhavas dinheiro, pagavas os teus impostos sem problemas. Depois, quando tu e o Ruburt se conheceram, estiveram algum tempo com pouco dinheiro — enquanto procuravam o vosso caminho — e pagaram poucos impostos. Tinham o suficiente para comer — e um apartamento aquecido — não passaram privações, nenhum dos dois.

Mesmo pagando poucos impostos, a proteção dos bombeiros e da polícia não vos foi retirada — e todos os serviços continuaram. Mais tarde, sentiam-se, por vezes, como se estivessem sozinhos — quase como estrangeiros na vossa sociedade — protegidos só pela vossa coragem e determinação conjuntas. Depois, quando começaram a ganhar dinheiro decente, ressentiram-se de ter de o dar ao governo — pelos motivos que

acabas de expor, e porque o governo, ao que parece, assenta em crenças com as quais não concordam. Então, por que é que havias de o apoiar, se tudo o que conseguiram foi apesar da sociedade?

No entanto, esse governo prejudicou-vos de facto — e agora, através dos vossos impostos, também ajudas outras pessoas mais novas que ainda não podem contribuir. Não há dúvida de que os muito ricos abusam do sistema — mas, no geral, é um sistema que protege os mais novos enquanto aprendem — e, ao fazê-lo, dá uma base a partir da qual novas crenças podem surgir.

Há muitas pessoas, nos limites do sistema, que são sustentadas — claro — e que também abusam do privilégio. Mas, apesar disso, num nível físico, o teu dinheiro é usado para ajudar outras pessoas — enquanto o teu trabalho te permite liberdade de criatividade e o privilégio de ajudar a um nível ainda mais elevado.

(21:00) O Ruburt aprecia, de forma bastante natural, o facto de estar na posição de pagar impostos — porque a educação dele foi custeada pelos contribuintes. Sei que entendes isso — mas levado ao extremo, esse ressentimento quase não te deixaria viver — e, na verdade, recusar-te-ias a ganhar dinheiro porque te ressentirias dos impostos altos associados a uma boa vida.

Mas a segurança financeira é importante para vocês os dois — porque vos dá a liberdade de criar como querem e de seguir este caminho. Lembra-te de que, apesar de todas as falhas, a vossa tranquilidade também vem dos serviços americanos que estavam lá quando não tinham muito — tal como estão agora.

Vamos mudar de ponto de vista: pensa em alguém que vê a segurança financeira como uma ameaça — ou melhor, acredita que, em geral, ela mata a iniciativa. Chegamos então ao Frank Longwell.

Ele luta contra as crenças dele sobre a idade — mas teme que, com a idade, venha a complacência e a estagnação. Durante toda a vida, procurou a camaradagem com outras pessoas. Gosta do comércio fácil do mercado — da imprevisibilidade de ser empreiteiro.

Particularmente no passado, quase desprezava aqueles que tinham hábitos regulares. Procurou, até certo ponto, o estranho e o bizarro — e acredita, agora como antes, na importância do conflito como forma de manter um homem desperto. Uma parte dele detesta a ideia de segurança. Quando chegou aos 50, as crenças dele sobre a idade vieram ao de cima.

Essa era, para ele, a época da cautela e do perigo — quando um homem podia reformar-se, contentar-se com segurança, ceder à complacência — ou até tornar-se um "fazendeiro cavalheiro", como ele às vezes se sentia tentado a ser (*com diversão*).

O que significa juventude para muitos? Uma época de conflito e turbulência emocional. Os jovens são, normalmente, pobres — não ricos — e o que é melhor para tirar uma mente complacente da sua complacência do que essa pobreza? Pois o Frank não era complacente — mas temia que a idade o tornasse assim — daí o conflito. A própria vivacidade emocional dele mostra-lhe que não é velho nem complacente — e os elementos financeiros dele deixam bem claro que não está a instalar-se na segurança de um idoso. Não — na verdade, é impelido a agir.

Ele gosta da imagem de fazendeiro — mas teme que ser fazendeiro o afaste do comércio com o mercado de que gosta agora — e da camaradagem calorosa. Os sentimentos dele em relação ao dinheiro são mistos. Tem um ligeiro desprezo por ele — embora goste do que ele pode comprar. Tem um leve desprezo pelos ricos — ou por quem ocupa posições sociais — gosta de os importunar — e, ao mesmo tempo, frequenta o círculo deles.

Ele tem os mesmos sentimentos em relação à autoridade, o que está ligado a sentimentos passados sobre o pai. Portanto, o facto de não pagar os impostos permite-lhe dar o fora na autoridade, enquanto ainda parece ter uma boa desculpa. Descansem os dedos. Ele vive acima das suas posses por certas razões — porque desfruta de um certo tipo de autoindulgência e da satisfação imediata dos seus desejos, mas também de uma espécie de aprovação social dos colegas mais proeminentes ou mais ricos — para poder viver tão bem quanto eles. Em geral, tem boa índole, boas intenções e está pronto para atender às necessidades dos outros como às suas próprias.

Mas não é o que se chama de homem de negócios. É demasiado caloroso, neste contexto específico — quer ser apreciado e aprovado, por isso permite que os outros se aproveitem dele — e quando sabe disso, irrita-se. Mesmo assim, continua com esse padrão. Isto é suficiente por agora. Espero que seja de alguma ajuda para ele — mas não precisa de "morrer de medo" para provar que está vivo e vital. Está no auge da sua vida. *(9:28)* Agora: As costelas e as omoplatas de Ruburt incomodavam-no simplesmente porque estavam a ser esticadas de novas maneiras. A sua

atitude mudou completamente para melhor. É isso, claro, que torna possível a caminhada e que está a libertar nova energia do Plano subjetivo. Na verdade, podem esperar melhorias mais frequentes, e eu darei toda a informação atual que for útil. Em breve, com a permissão de todos, também voltarei ao nosso livro. Tens alguma dúvida?

("Por que traduzi o ressentimento fiscal para a dificuldade de voz ou boca?") Simplesmente um belo símbolo de comunicação, pois querias expressar o teu ressentimento novamente, mas encobriste-o. E com Frank em termos — de acordo com as probabilidades, a aventura de Edgecomb ainda pode concretizar-se, mas Frank e o irmão deram permissão ao cavalheiro para agir como agiu. Frank queria esse entusiasmo. Em menor grau agora, o mesmo aplica-se a Eve, pois gosta da imprevisibilidade dele, revestida com alguma segurança. Mas esse período de turbulência emocional fá-los esquecer que os filhos já estão crescidos e acrescenta um novo desafio — um desafio que os convence de que a vida ainda é emocionante, que é preciso estar atento. Isso até os aproxima. Fim da sessão, a menos que tenhas perguntas.

(Eu disse a Seth que não tínhamos mais e ele deu-nos "boa noite" às 21h43min.)

SESSÃO ELIMINADA

15 DE NOVEMBRO DE 1978

(Passei talvez uma das semanas mais desconfortáveis da minha vida, desde que extraí os dois dentes de trás na quinta-feira passada, conforme observado na sessão eliminada da semana passada. Aprendi um pouco mais sobre toda a situação através do pêndulo e perguntei à Jane se o Seth poderia comentar na sessão regular de hoje à noite. Eleanor Friede visitou a Jane no sábado e domingo, como planeado, e reviu partes de Emir com a Jane.

(Aprendemos que a Jane não gosta de justificar cada linha do seu trabalho, então veremos o que isso significa para futuros livros com a Delacorte, se houver. O Tam deve chegar amanhã à tarde, quinta-feira, e está a trazer com ele o Seven Two copiado e editado, pelo que sabemos. Esperamos que a visita seja agradável. Hoje, a Jane recebeu pelo correio um livro que eu tinha enviado a pedido dela há alguns dias e que ambas já tínhamos esquecido. Ele foi anunciado no National Enquirer: "A New

Home Cure for Arthritis, comprovada pelo médico", de Giraud W. Campbell, doutor em osteopatia. A Jane começou a ler o livro imediatamente, por curiosidade, e descobriu que ele exigia uma dieta muito rígida. Se ela fosse segui-la, praticamente tudo o que comemos seria proibido. O livro não continha nada sobre crenças — e, no entanto, ajudou muitas pessoas. Conversámos sobre isso até certo ponto. No final da tarde, a Jane disse que estava a receber comentários do Seth sobre o livro e que poderia fazer uma sessão…)

(Com diversão e surpresa:) Boa tarde.

("Boa tarde, Seth.")

Ora bem: cada corpo é, obviamente, individual e, embora deva haver semelhanças nas formas como os corpos utilizam as substâncias, ainda há diferenças — e, por vezes, as diferenças podem ser mais do que consideráveis. Não apenas no caso de uma determinada substância em muitos corpos, por exemplo, mas qualquer corpo pode utilizar uma substância de formas bastante diversas, de acordo com as circunstâncias variáveis. Os métodos dietéticos apresentados no livro que o Ruburt leu realmente funcionaram para muitas pessoas, e pelos seguintes motivos: como suspeitavas, houve uma espécie de conversão.

As pessoas envolvidas, em primeiro lugar, tinham sido informadas por médicos — médicos — que não tinham controlo sobre a própria doença, que os sintomas poderiam ser atenuados um pouco — talvez — mas que não havia esperança de recuperação. Estavam assustadas e irritadas, e a sua condição era tal que frequentemente sentiam dores constantes. No entanto, quando visitaram o autor, ele foi otimista e brusco. Disse: "Vocês têm mesmo o controlo", e a sua maneira pessoal convenceu-os. Isso foi muito bom. Ganharam esperança e voltaram a ter um sentimento de autoconfiança.

Agora, porém, a história torna-se mais complicada. Os pacientes tinham várias crenças, claro, por trás das suas condições. Muitos sentiam-se indignos. Por causa disso, muitos não conseguiam expressar a agressividade normal. Alguns tinham medo do mundo, e por aí fora. O autor dá a essas pessoas um inimigo específico, ou mal: já não precisam de ser atormentadas por medos sem forma, mas esses medos são reunidos e concentrados na área da dieta. Os alimentos não saudáveis tornam-se o vilão. Isso significa que não há nada intrinsecamente errado com a pessoa, o que muitos deles acreditavam.

Eles são bons *(como é claro que são)*. O problema é o que levam para dentro do sistema. Aqueles que são curados estão num determinado estado quando se aproximam do autor, como mencionado antes, sentindo-se desamparados após tratamentos médicos que não funcionaram — sentindo que há algo de errado com eles. Eles são "maus" aos seus próprios olhos e, de uma forma ou de outra, esse tipo de crença estava por trás da condição inicial. *(4:13)* Nesse sentido, o autor oferece-lhes salvação: "Vocês são bons, mas a comida é má." O jejum é simbólico, assim como a ênfase nos enemas e na eliminação, pois têm o objetivo de eliminar as impurezas do sistema.

Tu estás tão vazio, simbolicamente, aberto e desocupado como uma criança recém-nascida, pronto agora apenas para participar dos alimentos puros de Deus, determinado a evitar os efeitos venenosos da tecnologia. Portanto, estás a absorver a bondade e a tornar-te cada vez melhor. Aceitas as limitações da dieta — digamos, um ambiente limitado de alimentos — em vez das limitações sentidas anteriormente no movimento. O ambiente externo abre-se. Muitas vezes, a agressividade normal, anteriormente retida, agora pode ser legitimamente expressa — contra as empresas de alimentos, o ambiente tecnológico, a profissão médica, e por aí fora. A pessoa curada converte-se a um novo estilo de vida.

Quando não há curas, ou os pacientes não respondem, ou voltam aos velhos hábitos, o médico-autor simplesmente diz que não estão prontos para tomar as medidas necessárias ou que as tomaram sem convicção. E muitos dos que são curados, claro, acabam por sofrer de outras doenças se não tiverem conseguido identificar suficientemente os seus próprios medos com os do autor. O corpo é incrivelmente capaz de transformar substâncias que parecem ser tóxicas em substâncias benéficas, e qualquer corpo carrega dentro de si, de forma inofensiva, todos os tipos de vírus aparentemente mortais que, numa pessoa saudável, contribuem para o equilíbrio e a saúde geral do corpo.

(Com atenção e humor:) Estou um pouco familiarizado com os alimentos antes do enlatamento e da refrigeração, e havia larvas por todo o lado, fezes e imundície, e o saneamento era amplamente desconhecido. Portanto, em certos termos, os frutos e legumes de Deus não são totalmente puros em termos espirituais, como muitos fanáticos pela alimentação insinuam. Todos os produtos químicos são naturais. Vêm do que já estava

disponível para vocês — não é possível produzir um produto químico senão a partir de substâncias ou elementos que já possuem.

Em certos termos, agora, algumas dietas naturais de há cinco séculos poderiam matar-vos hoje, embora não tivessem qualquer produto químico fabricado tecnologicamente. Vocês dizem ao corpo o que fazer com os alimentos que ingerem — e, quando se vive numa civilização tecnológica, é bastante temerário convencer-se de que os alimentos estão envenenados. Essas atitudes podem fazer parte dos vossos métodos de aprendizagem, para vos mostrar que a tecnologia só deve ir até certo ponto. Ponto final.

(4:28) Agora deem-nos um momento... As vossas dietas são adequadas. Podiam comer mais vegetais verdes. Batatas frescas são boas. No entanto, safam-se muito bem com uma dieta moderada. Ruburt não gosta de citrinos. Isso é simplesmente uma característica do seu corpo. Ele começou muito bem com as caminhadas e os exercícios, e tu ajudaste-o. Vocês chegaram a um período em que, de momento, o vosso trabalho estava concluído — um período de regeneração criativa. *(Para ti:)* Precisavas de um pouco de descanso, mas na verdade não aprovas isso — a ideia de um tempo livre lúdico parece-te, de certa forma, antivirtuosa. Em certos níveis — não todos — ressentiste-te da visita da Eleanor e do Tam, porque querias muito começar novos projetos. Achavas que o Ruburt estava a ir bem. E não querias que nada atrapalhasse o andamento das coisas. Isso simplesmente preenche o material do teu pêndulo.

A dificuldade após a tua ida ao dentista foi parcialmente natural, mas exagerada por esses motivos, de modo que o desconforto te deu uma sensação de medo — um motivo aceitável para descansar — sem deixares de ser virtuoso aos teus próprios olhos. Agora Ruburt está a ir bem. No entanto, as melhorias repentinas e fáceis que observaste, como a velocidade *(na caminhada)*, ocorreram quando ele se permitiu um pouco de descanso lúdico e manteve o ânimo.

O ponto de força diário foi muito benéfico. Essas melhorias continuarão. Ele decidiu não retroceder, por exemplo, mas ambos devem lembrar-se de que a criatividade é lúdica — ou seja, não se devem esforçar demasiado, devem olhar mentalmente para o outro lado de vez em quando e não ficar a vigiar a panela a ferver o tempo todo. Permite que o Ruburt escreva algo — qualquer coisa — como um exercício criativo e lúdico diário, sem se preocupar se isso se transformará ou não num livro.

(4:35. Fomos interrompidos por uma entrega de livros da UPS feita pela Eleanor Friede — tão rapidamente ela os recebeu após a visita do fim de semana. Retomámos às 4:43.) Tu esqueces-te de muitas das coisas que te digo ou ignoras. Corpos saudáveis não precisam de 8 horas de sono e, depois de 6 horas e meia, muitos ficam bastante inquietos. Na doença do Ruburt, essa tendência é exagerada. Quando dormes mais de 7 horas, sobretudo, os teus músculos protestam e isso causa grande parte da dificuldade matinal. Ele ignora a mensagem e dorme, murmurando em protesto contra o desconforto, e depois demora mais uma hora ou mais depois do pequeno-almoço, simplesmente porque não moveu o corpo quando ele estava pronto para se mover. As sensações nas ancas e nas pernas representam esse impulso de movimento. A energia quer ser distribuída através do movimento pelas pernas.

Estar de pé ajuda, bater os pés ou qualquer outra coisa. Deve sentir-se livre, a qualquer momento, para caminhar e, se for dez vezes por dia, devem estar gratos — pois ele continua o seu progresso. Em breve começará a deslocar-se sozinho de alguma forma. Toda a área das costelas está a alongar-se devido aos exercícios e à caminhada. O desconforto nessa região passará gradualmente, como de facto os outros sintomas passaram desde que começou a caminhar. Ficar de pé junto à mesa da passadeira, apoiando-se nela, é excelente, embora isso deva ser feito com cuidado no início.

O ponto de força deve ser continuado. A companhia da revisão ajudará ambos se o fizerem juntos. Ficaste ansioso e respiraste mais depressa do que pela boca, pois preocupaste-te com os teus dentes — e esse hábito causa a dificuldade na boca. A menos que tenhas perguntas, a sessão está encerrada.

(Nós os dois sonhámos com The Word na noite passada — vimos o terceiro episódio na TV. Eu queria saber se o Seth tinha algum comentário. The Word (A Palavra), de Irving Wallace, é um livro sobre a descoberta de um evangelho desconhecido pelo irmão de Cristo, Tiago, o Justo. É uma história poderosa, embora evidentemente escrita por Wallace no género contemporâneo de ficção popular dos dias de hoje. No entanto, achámos que a adaptação para a televisão tinha muitas coisas boas — várias interpretações individuais excelentes, embora fosse difícil acompanhar a linha da história em quatro episódios. Certamente, nenhum de nós imaginava acompanhar a série durante as quatro noites. Muitas das cenas,

filmadas em localizações no Mediterrâneo, foram muito sugestivas para nós.)

Não tenho nada a dizer — embora possam notar que estamos a fazer uma sessão mais cedo para que possam assistir ao programa, se quiserem. Para ambos, tem implicações sobre as distorções da religião no seu formato organizado e outras implicações que vos virão à mente. Fim da sessão.

(16:54) Achei muito engraçado quando a Jane negou que a sessão tivesse sido antecipada para que pudéssemos ver o último episódio de *The Word*, se quiséssemos. Na verdade, não achei que fosse esse o motivo... mas sim o forte feedback do Seth resultante da leitura do livro descrito no início da sessão. *(A conversa sobre os Wallaces fez-me lembrar, no entanto, que há uns meses a filha de Irving Wallace, Amy, enviou à Jane uma cópia do seu novo livro sobre fenómenos psíquicos — especialmente sobre cura.)*

(Agora é sexta-feira de manhã, quando termino de digitar a sessão. O Tam esteve cá e foi-se embora, deixando o Seven Two copiado com a Jane. A minha boca está um pouco melhor, embora ainda sensível e algo inchada no maxilar inferior. Ainda me sinto bastante cansado às vezes, intercalando com momentos de atividade energética. Estamos a trocar ideias. Os comentários do Seth sobre a minha respiração são muito interessantes. Comecei a manter a boca fechada e a dificuldade na garganta diminuiu, embora ainda não tenha desaparecido.)

(Além de ajudar a Jane a rever o Seven Two, vou fazer uma tabela para que ela mantenha registo das suas caminhadas, exercícios e da "escrita livre, lúdica e criativa", como disse o Seth.)

Agora: a mensagem é clara — o fanatismo pode levar ao suicídio e ao assassinato em massa. As injustiças sociais podem criar circunstâncias nas quais as pessoas abdicam da razão, da lógica e da responsabilidade pessoal para seguir um líder que lhes oferece proteção contra um universo inseguro. A mensagem tem como objetivo fazer com que todos os que se dizem religiosos se questionem. Ela está lá para o *(primeiro-ministro)* Begin *(de Israel)* e para o *(presidente)* Sadat *(do Egipto)*. Está lá como um presente de Natal antecipado para todos aqueles que utilizam o cristianismo de forma fanática. Está lá também para todos os líderes políticos. A mensagem passa pelos ecrãs de televisão num momento em que o fundamentalismo religioso começou a florescer novamente, tanto oriental como cristão. O aviso aponta especialmente para os jovens, mostrando em

forma condensada — e com horror exagerado — os fins últimos de tal fanatismo quando se permite que se desenvolva.

O capitalismo tem as suas falhas, e a democracia tem os seus perigos potenciais, assim como qualquer tipo de governo. Muitas vezes, as crenças são defendidas apenas da boca para fora — mas existem. Há uma forte aversão entre o vosso povo a seguir cegamente figuras públicas. Os vossos políticos são ridicularizados com tanta frequência quanto são homenageados, e as suas falhas humanas são analisadas por vezes com prazer — no geral, uma política boa e saudável por parte do povo. Os vossos líderes religiosos têm liberdade para dizer o que quiserem e contam com todos os avanços tecnológicos em comunicação ao seu serviço. De acordo com James, quando a democracia não funciona, as pessoas procuram noutro lado.

Os seguidores de Jones eram os deserdados, os desencantados, os pobres e os que passavam por dificuldades — mas muitos desses indivíduos eram intelectualmente talentosos e sentiam que a sua promessa tinha sido cortada. Estavam amargurados — mas não só. Estavam assustados. Não conseguiam libertar as suas capacidades inatas — muitos deles. Jones parecia ser a chave deles para o estabelecimento. Era o abridor de portas. Tirava fotografias com celebridades e, por ser "um homem religioso", o *establishment* considerava certo que os seus objetivos e políticas eram bons e que falava em nome daqueles que de outra forma não tinham voz.

Ele era, obviamente, um déspota e, na verdade, estabeleceu o seu próprio reino alienado. Aqueles que o seguiram fingiram para si mesmos que não sabiam o que estavam a fazer. Cada um faz as suas próprias lições, de modo que esses suicídios e assassinatos em massa são uma culminação objetiva, por parte dessas pessoas, de outros suicídios psicológicos menores cometidos por milhões de pessoas que abdicam da responsabilidade pessoal desta forma.

(9:20) Como muitos estavam envolvidos, e como o povo do templo era a sua própria comunidade, o simbolismo também envolve nações. Ao redor da área havia uma terra de lei, de modo que a situação foi contida, e o povo do templo era estrangeiro nessa terra. No entanto, existem implicações internacionais. O facto de serem americanos é realmente um choque, e um choque que fará com que os americanos religiosos questionem a natureza das suas próprias crenças.

O indivíduo existe para o bem da sociedade, ou a sociedade existe para o bem do indivíduo? É isso que parece. Qualquer um dos caminhos, porém, traz as suas próprias dificuldades. Uma posição esclarecida seria um pouco diferente, pois um indivíduo razoavelmente livre desejará, automaticamente, ajudar o seu semelhante — e assim terás uma sociedade de indivíduos a funcionar plenamente, o que significaria que terias organizações sociais a funcionar plenamente. Os conceitos religiosos que enfatizam a obediência em detrimento da expressão também podem causar desordem cívica.

Ruburt apresentou muitos sinais excelentes, particularmente no seu comportamento na casa de banho esta semana — à medida que velhos padrões de postura foram quebrados e novos métodos de caminhar, e por aí fora, foram experimentados. Existe algum movimento de antecipação, no sentido em que, enquanto está numa posição, o corpo antecipa novos movimentos — melhores — que ainda não consegue realizar.

(Além de ajudar a Jane a rever o Seven Two, vou fazer uma tabela para que ela registe as suas caminhadas, exercícios e a "escrita livre, lúdica e criativa", como disse o Seth.)

Na verdade, esses movimentos podem ser feitos alguns dias ou uma semana depois. No entanto, Ruburt sente as sensações. Certas partes do corpo foram levadas junto, por assim dizer. Agora estão a movimentar-se melhor. O ponto principal é que ele confie no processo de cura — e que tu reforces essa crença, pois isso, por si só, acelerará o processo. Isto deve ser sublinhado.

(Com certa diversão:)

Vocês os dois estão a experienciar o que deveria ser um período natural de descanso — não um ponto baixo. Se estivesses a trabalhar no *Realidade Desconhecida*, terias tido muito menos dificuldade com as tuas extrações. A tua mente estaria no livro, e as extrações seriam consideradas distrações — irritantes e que deveriam ser deixadas de lado. Novamente, ambos equiparam o tempo de descanso como algo perigoso. Como se isso pudesse levar a todo o tipo de lazer extravagante, preguiça — ou como se isso vos tornasse iguais a todos os outros *(com ainda mais diversão)*, pois quando não estão "a trabalhar", sentem-se perdidos sem os vossos distintivos de superioridade. Querem mostrar que são bons demais para o conforto da criatura.

Este é um excelente momento para explorarem a biblioteca juntos, deitarem-se de propósito para experimentar o tempo fora do corpo ou o tempo psi. É um excelente momento para ver quantos prazeres podem ser encontrados durante o dia — para brincar com a criatividade. Deixa o Ruburt esquecer um livro, por uma vez, para que ideias criativas de todos os tipos possam surgir. Sejam mais brincalhões nas vossas vidas. Tens alguma dúvida?

("Não. Acho que não." Achei que o Seth devia estar a dar uma sessão curta por algum motivo, então não perguntei nada.) Voltarei ao meu livro quando for conveniente para ti. Se quiseres algo para fazer, a qualquer momento, farei uma sessão rápida para ti — digamos, quatro noites por semana, com perguntas e respostas — e até fornecerei as perguntas. Desejo-te então uma boa noite.

("Muito obrigado, Seth."

(21:41h. A "rapidinha" do Seth parece muito interessante. Ouso dizer que a Jane e eu também poderíamos fazer algumas perguntas. Devo acrescentar aqui que o caso de Jonestown me fez lembrar imediatamente do suicídio em massa dos defensores da fortaleza judaica de Masada, no século I d.C., em Israel. Mas essas pessoas tinham uma forte fé e tradição religiosa unificadora por trás delas. Mas espere — a coisa complica-se; o povo de Jonestown não tinha? Uma morte é uma morte, não importa.)

SESSÃO APAGADA

22 de novembro de 1978

(Pedi que o Seth comentasse as minhas "fixações" com a extração dentária — envolvendo a dor consequente e as minhas reações a todo o assunto, bem como a dificuldade em respirar pela boca. Esta última está muito melhor, aliás, e a gengiva está a cicatrizar bem, pelo que posso avaliar. Ainda assim, perguntei-me se não estaria a pedir que a cicatrização ocorresse demasiado depressa, tendo em conta as grandes cavidades na gengiva que precisam de ser preenchidas.

(A Jane queria que o Seth abordasse o próprio progresso dela, que continua, embora demasiado lentamente para o seu gosto. Esta noite, usando a mesa de datilografia como "andarilho", ela andou mais depressa do que nunca durante o seu período de exercícios com ela. Um bom sinal. (Especulámos também que o Seth pudesse referir-se ao que se poderá chamar o "Caso Jonestown", ou algo semelhante. Aquilo explodira num suicídio coletivo, envolvendo mais de 400 americanos, na comunidade de

Jonestown, no que fora a Guiana Britânica, na América do Sul. Um congressista dos EUA também foi assassinado, junto com pessoas das cadeias de televisão, etc. A seita, chamada Peoples Temple, tinha sido criada por Jim Jones, um fundamentalista carismático que acabaria por ser corrido dos EUA por muitas razões, para depois fundar a sua "cidade" para os seus devotos seguidores religiosos na Guiana. Tudo aquilo tinha um ar de estranha incredulidade, à medida que a Jane e eu víamos os noticiários na TV e líamos — e guardávamos — os relatos dos jornais.

(Na verdade, o caso é um exemplo perfeito de grande parte do material em que o Seth tem estado a trabalhar no seu último livro sobre a cultura e a mente de massas. Para a Jane e para mim, parecia que o seu material estava a ser encenado na vida real como a demonstração ideal do material do Seth. A tragédia, se quisermos chamá-la assim, daria por si só um excelente livro, e muitos provavelmente serão escritos sobre ela. Fornece, com certeza, matéria-prima ideal para os média. Também achamos que esses livros-por-vir não conseguirão penetrar nas forças por detrás do fenómeno tão bem como o Seth poderia, mas que o Seth também não levará a cabo tal projeto.

(Ainda não comecei nenhuma iniciativa criativa nova, embora tenha feito um trabalho considerável de arquivo, organização de registos, etc., para preparar o terreno para o que quer que surja. Vou voltar a pintar em breve. Esperamos receber a versão revista de tipografia do Volume 2 de Unknown Reality até 7 de dezembro, e isso deverá manter-nos ocupados até ao Natal. Pelo menos, a Tam não quer que o ponhamos no correio antes de passar a azáfama do Natal.)

Boa noite *(em sussurro).*

("Boa noite, Seth.")

Ora bem: a mensagem é clara: o fanatismo pode conduzir ao suicídio e ao homicídio em massa.

As injustiças sociais podem criar circunstâncias em que as pessoas abdicam da razão, da lógica e da responsabilidade pessoal para seguir um líder que lhes oferece proteção contra um universo inseguro.

A mensagem destina-se a fazer questionar todos os que se chamam religiosos. Está lá para o *(primeiro-ministro)* Begin *(de Israel)* e o *(presidente)* Sadat *(do Egito).* É também uma prenda de Natal antecipada para aqueles que usam o Cristianismo de maneiras fanáticas. Está lá também para todos os líderes políticos.

A mensagem flameja nos vossos ecrãs de televisão numa altura em que a religião fundamentalista voltou a brotar, tanto a oriental como a cristã. O aviso aponta, em particular, para os jovens, mostrando em forma de cápsula — e em horror exagerado — os fins últimos de tal fanatismo quando se deixa que ele se desenrole até ao fim.

O capitalismo tem as suas falhas, e a democracia tem os seus perigos potenciais, como qualquer tipo de governo. Muitas vezes presta-se apenas "serviço de lábios" às crenças, mas elas existem. Tem havido entre o vosso povo uma forte aversão ao seguimento cego de figuras públicas. Os vossos políticos são alvo de troça tão frequentemente quanto são honrados, e as suas falhas humanas são examinadas por vezes com deleite — no geral, uma política saudável por parte do povo.

Os vossos líderes religiosos têm liberdade para dizer o que quiserem, e têm a seu serviço todos os avanços tecnológicos das comunicações. Tal como James dizia, quando a democracia não funciona, as pessoas procuram noutro lado. Os seguidores de Jones eram os deserdados, os desencantados, os pobres e os que lutavam, e ainda assim muitos dessas pessoas eram intelectualmente dotadas e sentiam que a sua promessa fora cortada.

Eram amargas — mas mais do que isso. Estavam assustadas. Não conseguiam libertar as suas capacidades nativas — muitos, agora. Jones parecia ser a sua chave para o "establishment". Ele era o abridor de portas. Tirava fotografias com celebridades e, por ser "um homem religioso", o *establishment* tomava por garantido que os seus objetivos e políticas eram bons, e que ele falava por aqueles que de outra forma não tinham voz.

Era, claro, um déspota, e de facto montou o seu próprio reino alienado. Os que o seguiam fingiam para si mesmos não saber o que estavam a fazer. Vocês criam as vossas próprias lições, de modo que esses suicídios e homicídios de massas são uma culminação objetiva, da parte daquelas pessoas, de outros "suicídios" psicológicos menores cometidos por milhões que abdicam da responsabilidade pessoal dessa maneira.

(21:20.) Dado que tantos estiveram envolvidos, e dado que o povo do templo constituía a sua própria comunidade, o simbolismo envolve também nações. À volta havia uma terra de lei, de modo que a situação ficou contida, e o povo do templo era alienígena naquela terra. Existem, porém, implicações internacionais.

O facto de serem americanos é realmente um choque — um choque que levará os americanos religiosos a questionar a natureza das suas próprias crenças.

Ou o indivíduo existe em função da sociedade, ou a sociedade existe em função do indivíduo. Assim parece. Contudo, cada uma dessas vias traz as suas próprias dificuldades. Uma posição esclarecida seria algo diferente, pois um indivíduo razoavelmente livre quererá automaticamente ajudar o seu semelhante, e teriam uma sociedade de indivíduos plenamente funcionais — e isso significaria organizações sociais plenamente funcionais.

Conceitos religiosos que sublinham a obediência acima da expressão podem também gerar desordem cívica.

(21:27.) O Ruburt teve muitos sinais excelentes, particularmente no comportamento na casa de banho, esta semana — à medida que padrões antigos de postura foram quebrados e novos métodos de andar, e por aí fora, foram experimentados. Há algum movimento antecipatório, no sentido de que, estando numa posição, o corpo antecipa novos movimentos — melhores — que ainda não consegue realizar.

Esses movimentos podem ser efetivamente realizados alguns dias depois ou uma semana mais tarde. O Ruburt sente, no entanto, as sensações. Certas partes do corpo foram "arrastadas", por assim dizer. Estão agora a entrar em melhor movimento. O ponto principal é ele confiar no processo de cura — e tu reforçares essa crença, pois isso, por si, acelerará o processo. Isto deveria ficar sublinhado.

(Com alguma graça:) Estão ambos a experimentar o que deveria ser um tempo natural de descanso — não um "ponto baixo". Se tivessem estado a trabalhar no *Realidade Desconhecida*, terias tido muito menos dificuldade com as extrações. A tua mente estaria no livro, e as extrações seriam consideradas distrações — incómodas e a pôr de lado.

Mais uma vez, ambos equiparam — ambos — o tempo de descanso a algo um tanto perigoso. Como se pudesse levar a todo o tipo de lazer extravagante, preguiça, ou como se vos tornasse iguais a toda a gente *(com ainda mais graça)*, pois, quando nenhum dos dois está "a trabalhar", sentem-se perdidos sem os vossos crachás de superioridade. Querem mostrar que são "bons demais" para conforto de criatura.

Este é um excelente momento para experimentar a biblioteca em conjunto, deitar-se de propósito para tentar saídas do corpo, ou *psy-time*. É um excelente momento para ver quantos prazeres se podem encontrar no dia, para *passarinhar* de forma criativa. Deixa o Ruburt esquecer um livro, por uma vez, para que ideias criativas de todo o tipo possam emergir. Sejam mais lúdicos na vossa vida.

Têm perguntas?

("Não. Creio que não." Achei que o Seth devia estar a fazer uma sessão curta por uma razão, ou razões, por isso não perguntei nada.)

Voltarei ao meu livro quando vos convier. Se quiserem algo para fazer, por vezes, farei um "relâmpago" para vocês — digamos, quatro noites por semana, de perguntas e respostas — e até forneço as perguntas.

Despeço-me então com uma afetuosa boa noite.

("Muito obrigado, Seth."

(21:41. O "relâmpago" do Seth soa muito interessante. Atrevo-me a dizer que a Jane e eu também conseguiríamos arranjar algumas perguntas nossas.

(Poderia acrescentar aqui que o caso de Jonestown me lembrou de imediato o suicídio coletivo dos defensores da fortaleza judaica de Massada, no século I d.C., em Israel. Mas essas pessoas tinham por detrás

uma forte fé e tradição religiosas unificadoras. Mas espera — isto complica-se; os de Jonestown não tinham? Uma morte é uma morte, seja como for…)

SESSÃO APAGADA

29 DE NOVEMBRO DE 1978

(As minhas duas perguntas para o Seth referiam-se aos pequenos caroços na parte inferior do braço esquerdo da Jane, incluindo um no cotovelo, e à vermelhidão intensa nas palmas das mãos que notei outro dia. A cor estava muito mais suave na hora da sessão desta noite. Já tinha notado isto antes, assim como os caroços ou nódulos que pareciam mover-se na estrutura muscular dos braços — parecem ser nós musculares. Pedi que o Seth comentasse. A Jane não tinha perguntas específicas, como de costume. Só queria que o Seth discutisse "a coisa toda". Parte da sessão surgiu das nossas reações recentes aos noticiários de televisão, bem como do que temos lido ultimamente sobre o suicídio em massa na Guiana, o assassinato do presidente da câmara de São Francisco, problemas com a inflação, o Médio Oriente — qualquer um dos inúmeros males que a espécie criou para si mesma.

(Devo lembrar que as minhas reações cáusticas passam rapidamente — mesmo que regressem — mas que têm um efeito considerável sobre a Jane. De alguma forma, para manter a sanidade, acabo por rir do que acontece no mundo — provavelmente um último recurso. Mas receio que algumas das minhas respostas afetem a Jane mais profundamente, para além dos problemas que ela tem com as suas próprias reações. No entanto, tenho em mente muito do que o Seth disse sobre estes problemas, mesmo que isso nem sempre se mostre.

(Na verdade, acho que o material e as perceções dele sobre o comportamento da espécie são o único conjunto coerente de material sobre o assunto que se pode questionar e compreender — o que não é pouca coisa, como sempre lembro à Jane. No entanto, ela pode reagir profundamente às minhas observações, que faço muito mais do que costumava fazer; então, ela acaba triste e deprimida, o que acho que é a última coisa que deveria acontecer. Da mesma forma, tento manter o material do Seth em mente em relação aos seus próprios desafios e problemas, e isso tem ajudado muito. Isso certamente nos livrou de muitas preocupações, independentemente do resíduo que tenha restado.)

(Sussurrando:) Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Bem: já falei sobre isso antes. Quando assistem, por exemplo, aos noticiários na televisão, devem ter em mente várias questões importantes. Apesar das condições talvez deploráveis que estão a ser televisionadas — sejam guerras, massacres, corrupção ou qualquer outra coisa — a grande inventividade da mente humana é responsável por essa conquista tecnológica. E é uma conquista de grande importância, pois o mundo já não pode esconder uma parte de si mesmo da outra.

Eventos que parecem sem sentido exigem algum tipo de explicação, e as explicações do mundo oficial já não satisfazem os seus membros. O massacre dos judeus na Segunda Guerra Mundial, nos números em que aconteceu, não ocorreria agora, pois os olhos do mundo não poderiam ser desviados como foram naquela época. Os noticiários selecionados exibidos nos cinemas durante a Segunda Guerra Mundial eram bastante censurados, mas a imprensa agressiva e o seu corpo de jornalistas funcionam hoje, de facto, à sua maneira, como uma "força policial" invisível. Nenhum país pode mantê-los afastados. Haverá sempre uma câmara de televisão algures, e as atrocidades mais secretas chegarão aos olhos do público. Já não há garantia de sigilo, em termos mais amplos, para atos nefastos da política ou do governo. A inventividade do homem, muitas vezes parceira da sua duplicidade, inventou, assim, um método para garantir que nenhum crime possa ser escondido, destacando as áreas da vida que mancham a experiência do homem.

As pessoas que morreram em Jonestown, por exemplo, tornaram-se símbolos de inquietação social, religiosa e política. Morreram sabendo que não estavam a aniquilar as suas consciências, mas a concluir uma determinada vida em protesto contra certas condições que existem, até certo ponto, entre muitos outros.

(Aqui Seth refere-se aos suicídios em massa na Guiana, mencionados na última sessão. Ver a revista Time no arquivo.)

(9:20) As falhas da religião na sua forma organizada são geralmente muito mais ocultas do que as do governo. Aqui são trazidas à luz — mostradas em milhões de salas de estar. As vossas ciências, religiões e cultura colocaram-vos numa posição peculiar: "Esqueçam os vossos problemas e eles desaparecerão". Esta é considerada a declaração mais intelectualmente absurda *(divertida)*, semelhante à de Pollyanna. Na

melhor das hipóteses, é uma frase enganosa que encoraja a preguiça e, na pior, é considerada uma distorção cruel dos factos.

Como se resolvem os problemas? A vossa cultura diz que devem concentrar-se neles. Procurem evidências deles em todo o lado. Compare-se a posição do homem com um estado ideal. Amaldiçoem a vossa ignorância e procurem provas da natureza pecaminosa do homem. E muitos que não acreditam na religião em si acreditam certamente na natureza pecaminosa do homem — embora talvez lhe chamem outro nome, mais "científico". Assim, a vossa cultura acredita que, ao divulgar crimes de qualquer natureza, acabará por erradicá-los de alguma forma.

Agora, até certo ponto, por causa destas crenças, por causa do novo conhecimento do público, através da televisão, de novos atos nefastos, alguns governos abstêm-se dos crimes mais espetaculares. No entanto, de um modo geral, a concentração em qualquer problema, nos seus aspetos negativos, aumenta automaticamente o problema.

(De coração:) Concentrar-se em soluções prováveis é outra coisa completamente diferente. Digo-vos o mesmo com frequência porque, de uma forma ou de outra, espero superar o acúmulo oposto de evidências aparentemente contrárias, pois estão rodeados delas por todo o lado. Esqueçam os vossos problemas e eles desaparecerão. Isto soa quase como uma tagarelice de criança ou de um tolo. E certamente parece pouco intelectual, como um pensamento positivo da variedade mais sentimental.

As mães dizem aos filhos para esquecerem os seus problemas. As crianças, sem perceber o quanto as suas pobres mães são "burras", muitas vezes fazem exatamente isso — e descobrem que os problemas, de facto, desaparecem. Se se preocuparem com o mundo, talvez possam, de alguma forma, salvá-lo — ou é o que muitas pessoas pensam. Se não se preocupam com o mundo, são considerados insensíveis, e certamente parece ridículo imaginar que o mundo pode, de alguma forma, cuidar de si mesmo e até mesmo remediar qualquer dano que o homem tenha causado.

Mas não: parece que a preocupação vos levará a algum lugar. Ela dá impulso — e assim o faz, mas promovendo mais problemas. No entanto, estão habituados a pensar que a preocupação é um método aceitável de demonstrar cuidado por assuntos privados ou públicos. A melhor coisa que podem fazer por vocês mesmos, pelos vossos entes queridos ou pelo mundo é parar de se preocupar e, assim, libertar todos os pensamentos negativos gerados por isso.

(Com muita ironia divertida:) Os imprudentes, os corajosos, os totalmente audazes podem até dar um passo em frente e imaginar que, seja qual for o problema envolvido, ele já não existe — ou fingir que "vai desaparecer", pois, de qualquer forma, "não é tão mau quanto eu pensava". Algumas outras almas mais corajosas podem decidir equilibrar as suas entradas e, se as notícias forem más, voltar a sua atenção para as alegrias do dia, que de facto estão imediatamente presentes.

(9:42) Agora: não posso — nem gostaria — de vos transformar em crianças novamente, mas têm um otimismo natural, ambos — um otimismo de criatura, com o qual todos são equipados intrínsecamente. Esse otimismo natural é um poder no indivíduo e no mundo. Ele acredita no triunfo, em surpresas agradáveis e imprevisíveis, em soluções inesperadas, em acontecimentos alegres. É como a expectativa de uma criança na véspera de Natal, e está biologicamente enraizado. Já disse muito disto antes — mas esta é uma atualização. Nenhum de vocês presta um serviço a si mesmo se continuar a preocupar-se com a condição do Ruburt, se preocupar-se com a possibilidade de ela piorar no futuro, ou na velhice, ou enfatizar os aspetos negativos.

Talvez cada um de vocês acredite secretamente que essa preocupação assustará o Ruburt o suficiente "para o levar a fazer alguma coisa", mas isso não é verdade — pois a preocupação aumenta sempre o stress. Sempre que possível, minimizem os impedimentos nas vossas mentes. Agora, o Ruburt começou a fazer isso. Pelo menos, tenham em mente o que vos digo, pois é verdade. Na medida em que esquecerem o problema, ele desaparecerá. Fisicamente, Ruburt está a melhorar, como podem ver — mas ele usou o medo como estímulo, o medo de que, caso contrário, poderia ficar acamado. Sempre que ele se lembra do Plano subjetivo, há melhorias repentinas e significativas. Quero que ele imagine uma caixa. E que, a cada dia, imagine simplesmente que está a colocar dentro dela uma folha de papel que diga: "É claro que eu ando normalmente". Façam isso como uma piada, ou como quiserem.

Agora lembram-se de que as costelas o magoaram durante cerca de dez dias, e depois esse desconforto desapareceu em grande parte. Durante algum tempo, teve problemas para tirar a cadeira da casa de banho de manhã, devido à dificuldade na perna esquerda — e isso desapareceu. Isto aconteceu desde o início dos exercícios. Durante algum tempo, o braço esquerdo ficou consideravelmente "preso em nós" do cotovelo para baixo.

Era uma massa rígida, digamos, que se desfez em grande parte, restando apenas os dois nódulos que mudam de tamanho.

Eles estão agrupados em massas, soltos e a desintegrar-se — mas atualmente agravados pela tensão, pois o peso do Ruburt na mesa de caminhada "magoa" esses ligamentos e músculos. Toda a área, no entanto, começou a libertar-se com uma grande quebra de massa após a dor nas costelas do Ruburt, pois as costelas "expandiram-se", aliviando a pressão sobre o braço. Em breve, poderá acrescentar outros exercícios para endireitar ainda mais os joelhos e, embora não o tenha dito, de vez em quando ele experimenta e sente um novo alívio. Ele coloca o peso frequentemente sobre as mãos, aumentando a circulação ali, provocando o rubor — mas isso só ocorre com certos movimentos dos braços que libertam sangue repentinamente para as mãos, mais repentinamente do que está habituado.

Agora, a sua visão não se deteriorou — está potencialmente melhor do que nunca. As pessoas usam certas partes do corpo para refletir o stress, e o Ruburt fez isso principalmente com a área do pescoço. Com o seu astigmatismo, as menores variações da atividade muscular tornam-se aparentes, afetando a visão de uma forma ou de outra.

(10:02) As atitudes que recomendo esta noite ajudarão muito *(divertido)*, pois a área do pescoço é extremamente importante tanto para a condição dos olhos como para a caminhada. Assim que o Ruburt deixou de se preocupar por um dia ou mais, ficou cheio de ideias criativas. Precisa da tua ajuda nisso — não ignorando, por exemplo, a condição do mundo, mas colocando-a em perspetiva e equilibrando-a com um esforço determinado para aproveitar cada dia e não deixar que as preocupações minimizem os prazeres simples. Os prazeres promovem a saúde.

A caixa do Ruburt é a caixa dele no Plano subjetivo, claro — com espaço para as suas sugestões. *(Mais alto:)* Respondi a todas as tuas perguntas?

("Sim. Muito bem.") Desejo-te uma boa noite.

("Boa noite, Seth. Obrigado." 10:07. Um momento depois:) Uma observação: o Plano subjetivo manifesta-se no vosso quadro de referência através da brincadeira, imprevisibilidade e surpresas. Sabem que as pessoas que simplesmente se recusam a aceitar a existência da clarividência, por exemplo, não encontrarão nenhuma evidência para ela. Não permitirão que a clarividência invada o mundo delas, mesmo que digam que procuram

essas evidências. É necessário procurar. Portanto, lembrem-se do Plano subjetivo. Procurem sinais da sua existência, surpresas, soluções inesperadas em qualquer área. Caso contrário, ficarão apenas com as "provas oficiais" do mundo. É preciso estar disposto a mudar, crescer e até mesmo abandonar hábitos. A velha visão de mundo — a oficial — ainda vos conforta, pois é partilhada por milhões de pessoas. Fim da sessão.

("Obrigado, Seth." 22h12min. Como expliquei à Jane, também tenho feito um esforço para não me preocupar.)

SESSÃO APAGADA

2 DE DEZEMBRO DE 1978

(Alguns membros da "antiga" turma de ESP da Jane reuniram-se na casa da Jane e do Rob em Elmira, Nova Iorque. O Dickie leu o seu ensaio sobre criatividade e comprometimento.)

Bem: o sol brilha, o escritor escreve, o artista pinta, o pensador pensa, o sonhador sonha — e cada um de vocês, sabendo ou não, segue naturalmente a sua própria natureza. Vocês florescem, quer reconheçam ou não o padrão das vossas pétalas. Vocês cantam. São como uma trans-espécie, como diria o Ruburt.

Algo acontece quando conhecem o mundo, algo acontece quando conhecem o outro, algo acontece quando têm um filho, quando pensam, quando olham para o outro. Algo acontece no momento em que nascem e o mundo fica diferente. Por serem vocês, o mundo é diferente. É um mundo de indivíduos e, distorcendo uma antiga declaração histórica: Deus deve amar os indivíduos porque nunca fez outra coisa. Vocês não nasceram como membros de uma nação amarrados de ponta a ponta.

Cada um de vocês está ciente da diferença dos seus pensamentos. E quando os vossos pensamentos encontram o mundo, vocês mudam o mundo. Agora, vocês também são modificados pelo mundo, pois não são feitos de concreto. Mas, se vos ensinei alguma coisa, espero ter-vos dado a graça de se conhecerem até certo ponto — de reconhecerem que são, de facto, à sua maneira, transformadores do mundo. Pois à medida que mudam a si mesmos, à medida que crescem, mudam o mundo. O mundo muda porque vocês mudam.

Agora, se ouvirem sem se esforçar demasiado, em qualquer momento íntimo, poderão ouvir as vossas moléculas gritarem, se me perdoam, com o

vosso próprio otimismo. Cada molécula é o seu próprio mundo. Cada molécula é o seu próprio mundo. Os vossos pensamentos formam mundos. Eu digo o que digo e digo mais do que ouvem, mas ouvem-me em silêncio. Quando falo de responsabilidade, falo da responsabilidade do gato de levantar a cauda ou girar a orelha. Nenhum gato diz: "Devo segurar o meu rabo desta ou daquela maneira ou devo brincar com catnip".

E, no entanto, um gato é um gato, um gato perfeito — seja ele defeituoso ou tenha uma pata partida, seja ele capaz de ouvir ou não, seja ele velho ou jovem. Um gato é um gato perfeito. Agora podem entender isso. Mas, da mesma forma, têm a responsabilidade de serem vocês mesmos, assim como um gato tem de ser ele mesmo. Expressar a natureza alegre de criatura que é a vossa. E, por meio dessa expressão, a vossa espiritualidade florescerá. Pois ela não florescerá se fingirem que o espírito está noutro lugar e vocês estão aqui.

Portanto, aqueles de vocês que falam em meu nome — que haja momentos de atividade turbulenta. Que haja brincadeiras. Que haja até mesmo tempo para a discórdia, se isso for necessário, mas nunca, e eu sei que não o fariam, nunca imponham um teto artificial de paz. Portanto, se há alguma mensagem que tenho para os vossos alunos, como sempre, não é uma mensagem tranquila. Quando sentirem plenamente as vossas próprias vitalidades, isso será compreendido pelos vossos alunos. E quando cada pessoa sentir e libertar a sua própria criatividade *(para Sue)* não haverá necessidade de livros sobre as aulas de Seth — mas, agora, há essa necessidade. Então, todos vocês começaram algo, não foi? E quando começou?

Agora, nos meus livros e quando falo convosco, geralmente uso palavras simples. E as pessoas às vezes escrevem a perguntar por que não dou métodos adequados, ou seja, mais e mais instruções sobre como fazer isto e aquilo. Portanto, quando vos digo para deixarem as vossas aulas emocionarem com qualidade, cabe a vocês descobrirem o que significa qualidade para vocês. E quando digo a cada um de vocês, com aulas ou sem elas, que as vossas vidas sejam vidas de qualidade, de beleza e de verdade, não estou prestes a definir beleza ou verdade para vocês. Esse é o vosso desafio. Portanto, ouvirão as minhas palavras e lê-las-ão por meio das vossas interpretações. E essas interpretações são muito importantes.

(Para o Rob:)

Agora, se existe algo no universo chamado boa intenção, então têm-na aqui.

(O Seth retirou-se.)

(O Rick falou sobre uma sugestão para um sonho dos Portões de Horn e disse que sentiu que o seu sonho estava relacionado à Cidade. Houve discussão sobre Anita Bryant e sobre o suicídio em massa num culto na Guiana.)

Agora, o assunto: Anita Bryant. Assunto: Jonestown. Assunto: Comunicação da consciência oficial e o que ela produziu. Se não fosse pela televisão, não saberiam muito sobre Anita Bryant, não saberiam muito sobre o Reverendo Jones, que acreditava ser Deus e levou *(entre aspas, sem aspas)* "os seus seguidores à loucura". Se não fosse pela televisão, pela tecnologia e pela linha oficial de consciência, não saberiam do fanatismo de Anita Bryant, da vossa Miss América, da torta de maçã americana, da boa religião e de tudo o resto. Agora, Anita Bryant serve um propósito, com todas as suas distorções, pois apresenta a cada pessoa uma imagem exagerada de certas crenças. Ela faz com que cada pessoa questione a natureza das suas próprias crenças em relação à sexualidade.

A sexualidade não é apenas uma questão pessoal. Não é apenas uma questão de quando fazer, com quem, quando e como. A sexualidade na vossa época significa o que é ser americano. Será americano ser um herói do futebol e um homem entusiasmado? É americano ser homossexual e gostar de poesia, dança, música ou crianças? É um cliché pensar que todos os homossexuais são sensíveis e adoram música e crianças? Não há homossexuais violentos ou canalhas? Todos os homens estereotipados como masculinos são assim porque querem ser assim, ou são forçados a esconder certos sentimentos? O que são as mulheres?

Como é que os homens as veem? Agora, Anita Bryant com flores de laranjeira apresenta-vos todas estas perguntas. E cada pessoa que a vê na televisão deve examinar as suas próprias crenças. E o mesmo se aplica ao nosso Reverendo Jones e a qualquer fanático, pois o fanático fala em termos exagerados — mas fala de crenças que, até certo ponto, cada um de vocês tem. Mas até que ponto? Portanto, eles são professores à sua maneira. Podem odiá-los ou ridicularizá-los. Podem dizer que são fanáticos, o que de facto são. Mas eles assustam-vos, porque sabem que, no vosso íntimo, algumas das crenças deles existem em termos mais suaves — e onde traçam o limite? Portanto, até mesmo o fanático serve bons

propósitos. E digo-vos: ninguém — nenhum fanático — lidera massas de pessoas. As pessoas seguem porque querem, e ninguém as lidera. E se acham que são líderes, estão a interpretar mal as pessoas — pois são elas que vos levam para onde querem que vão. Só vocês assumem a responsabilidade e não elas. Vocês formam a vossa própria realidade. Tudo isto, como veem, é muito mais complicado do que parece à centésima, ducentésima ou milésima vista.

(Van Zandt, que antes dissera que não usa sumos cítricos da Flórida, relacionou os comentários do Seth sobre Anita Bryant à Jane.)

Agora eu também não beberia o maldito sumo de laranja dela!!!!

(Van Zandt:) ("Ótimo para ti.")

(Quando os comentários anteriores de Seth estavam a ser relatados à Jane, alguém observou que Seth dissera para analisar os incidentes da Guiana à milésima vista.)

Estás enganado; eu estava a falar das nossas sessões.

(Sheri:) ("Seth, ainda estás connosco? Esperei muito tempo para dizer isto.")

De facto, estou.

(Sheri:) Preciso de expressar o quanto te amo e agradecer por tudo o que fizeste por todos nós.

Agora, eu amo-vos e a todos vós, e sei que me amam. E espero que esse amor possa, de alguma forma distante, conter algum, algum, algum sentimento de bondade por pessoas como a Anita Bryant. E digamos, para as rosas que estão a ser destruídas. Lembrem-se — e não espero que nenhum de vocês, praticamente na vida quotidiana, tenha isto como regra — mas lembrem-se: é porque esperam muito das pessoas que Anita Bryant e os fanáticos ficam tão aquém. E é por isso que ficam tão irritados com eles. O vosso amor pela humanidade é forte.

E zangam-se quando as pessoas não correspondem às vossas expectativas sobre as capacidades delas. Querem que elas sejam melhores, assim como querem ser "melhores" *(entre aspas).* Não odeiam ninguém que não seja capaz de amar. Lembrem-se disso. Não espero que nenhum de vocês seja santo. Pois se fossem santos, não estariam aqui. E se eu fosse um santo, também não estaria aqui. Mas, na vasta gama das vossas emoções, deixem espaço para os amores que estão muito distantes, tão distantes e tão estranhos que não os reconhecem. E deem espaço para os sentimentos de perda, amargura e raiva que estão por trás das declarações da Anita Bryant.

E para os sentimentos de falta de valor que dão força às declarações e aos sentimentos dela. É como se fosse um prado onde não tivesse caído chuva — por isso, certamente, ficará amarga e chorará.

(Rick:) ("Seth, estou a mudar um pouco de assunto, mas fiquei muito interessado nos teus comentários sobre os cientistas da arte dos sonhos e os físicos mentais — são algumas das carreiras que me interessam. Alguma outra sugestão?")

Muita sorte!!!

(Rick:) ("Tens mais alguma sugestão?")

Como não existem universidades físicas e como fiz essas afirmações com os meus próprios propósitos em mente, segue-se que aqueles que estão interessados devem encontrar o seu próprio caminho — e que a vossa imaginação e vontade devem levar-vos a descobrir os vossos próprios métodos. Mas as pessoas que assustam o universo geralmente encontram recantos secretos e escondidos onde podem brincar e trabalhar à vontade.

(Van Zandt:) ("Posso só dizer uma coisa antes?")

(Jane:) "Espera, Van Zandt; eu já volto, está bem?

(O SETH retornou.)

(Van Zandt:) ("Só quero dizer que, enquanto estávamos a discutir a qualidade anteriormente, agora quero dizer que, desde que comecei a estudar os livros, a qualidade definitivamente aumentou na minha vida, e quero agradecer a vocês por isso.")

Agradece a ti próprio, pois a qualidade estava lá o tempo todo. Simplesmente não reconhecias o que era — e ela crescerá. E tenta compor por conta própria. Usa a tua sensibilidade única para isso. Não te preocupes com isso. Pensa nisso como um jogo divertido.

(As observações de SETH foram relatadas à Jane.)

Esqueceste a parte sobre tentar amar significativamente Anita Bryant.

(Rick:) ("Estávamos prestes a dizer isso.")

(Van Zandt:) ("Estava na ponta das nossas línguas.")

Apenas um amor minúsculo, minúsculo e distante.

(As observações de SETH foram relatadas à Jane.)

(Dickie:) ("Sue, o que é grandeza?")

Sue é grandeza. Dickie é grandeza. Joseph é grandioso. Ricky é grandioso. Roni é uma grandeza. Todos vocês são grandiosos. Saber que és grandioso é qualidade. Então, as tuas expressões são verdadeiras expressões de qualidade e não são prejudicadas. Sejam elas quais forem,

não são prejudicadas. Reconheces a qualidade instintivamente, mesmo que não saibas dizer o que é. Ela inspira-te. Fuges de coisas que não são de qualidade, quer consigas dizer porquê ou não. Os teus sonhos são de qualidade. Os teus sonhos são de qualidade. Ninguém precisa de te dizer como sonhar. Sonhas de forma instintiva, automática e bela. Cometes um belo sonho cada vez que sonhas. E cada sonho é um sonho de qualidade.

Cada respiração que fazes é uma respiração de qualidade. Tudo o que precisas de fazer é perceber que cada respiração chega até os confins do universo e ajuda a sustentar o teu mundo. Estás sozinho e não estás sozinho. Essa afirmação é muito mais importante do que parece. Pois na tua solidão e na tua união, e entre as duas, está o significado da tua humanidade. E aí está o significado da tua vida e da tua morte. Não podes estar completamente junto. Não podes estar completamente sozinho. No entanto, a tua existência deve sempre flutuar entre os dois; entre o desejo e o ideal; entre o sonho e a sua execução; entre o teu amor e a expressão dele. É aí que residem a tua realidade e o teu significado, e é aí que reside a validade da tua alma.

(O SETH retirou-se.)

(Jeff:) ("Ele estava a falar sobre qualidade e como todos nós temos qualidade em tudo o que fazemos, em tudo o que sonhamos.")

Agora, se realmente acreditassem no que eu disse, então confiariam em vocês mesmos. Realmente confiariam em vocês mesmos. Saberiam que são uma parte íntima da estrutura do universo; confiariam nas vossas habilidades e apostariam em vocês mesmos. Sem reprimir nada, vivenciariam a vossa própria realidade sem impedimentos. Têm um caminho a percorrer. Mas têm apoio. Têm apoio biológico. Pois os vossos átomos e moléculas não são parvos. Podem aprender com eles. As pupilas dos vossos olhos veem muito mais do que conseguem ver visualmente.

E quando ouvirem esta sessão, pensem nesta frase. Como Ruburt disse anteriormente, não estou a dizer que podem ter um céu na Terra. Por um lado, o céu não existe e, por outro, se existisse, ficariam entediados. Precisam de um desafio. Qualquer flor sabe disso. E não estou a dizer que problemas e desafios sejam a mesma coisa. Estou a falar de iniciativa, desejo e realização — a necessidade de usar as vossas habilidades. Elas precisam de ser usadas como um caule precisa de crescer. É disso que estou a falar. Agora, todos vocês, esta noite, digam a si mesmos que terão um

sonho verdadeiro dos Portões de Horn e que temos um edifício da Cidade. Uma cidade.

Parece altamente impraticável neste momento. Uma cidade que de facto existe mentalmente. Mas todas as coisas devem existir mentalmente primeiro, ou nunca se materializam. E, algum dia, essa cidade poderá existir fisicamente. Mas não será quando estiverem aqui. No entanto, as vossas memórias e desejos estarão nela. E, nessa medida, serão fundadores. Criam esses sonhos durante o sono, nas vossas imaginações particulares e nas vossas inspirações. Pois quando um membro de uma espécie sonha tais sonhos, esses sonhos são transmitidos a todos os outros membros. Não morrem. Quando um corredor nos Jogos Olímpicos supera o anterior, todos os comentadores dizem: "Que maravilha!

Não sabíamos que o homem podia correr tão rápido." E assim, agora, os recordes são quebrados o tempo todo. Mentalmente, a mesma coisa se aplica. Tenham um sonho grandioso. Pois quando um membro da espécie sonha, todos os membros, até certo ponto, participam. E a psique, a alma e o coração do homem dão novos saltos — em termos nunca antes dados. Portanto, confiem em vocês mesmos, confiem no vosso amor e nos vossos sonhos *(para Rick, Sheri e Van Zandt, olhando para Rick)* e digam aos vossos alunos que eu disse R-A-Y!!!!, que significa hooray. HOORAY!!!!

(Rick:) ("Vou fazer isso, Seth.")

(Dickie estava a discutir as observações de Seth sobre a cidade interiorana quando notou o retorno do Seth.)

(Dickie:) ("Seth, como interpretas isto…?")

Nunca interpreto a mim mesmo. Estou morto, nos vossos termos. E quando essa cidade for fisicamente construída, estarão tão mortos ou tão vivos quanto eu.

(Dickie:) ("Mas vamos morar nessa cidade?"

Isso depende de vocês. Fará parte de vocês, quer vivam nela ou não. Ela fará parte da vossa geografia psicológica.

(Anne Marie:) ("Isso terá alguma relação com o Terceiro Cristo?")

Não. A cidade simplesmente representa, nos vossos termos, uma versão idealizada de uma realidade que pode tornar-se física. E, com sorte, tornar-se-á. E, se acontecer, será criada nos vossos termos agora, através dos vossos sonhos, do vosso amor, do vosso desejo e da vossa intenção. E então parecerá ter sido dada aos seus habitantes — assim como vos parece que a Terra vos foi dada. Pois quando nascem, tudo está aqui para vocês. É

dado. Mas por quem é dado? E como aconteceu? Posso dizer que a Terra se originou numa esfera de sonhos? Que é uma criação mental de outros, até certo ponto, da qual participam. Isso é realmente o que estou a dizer. *(Em sussurro:)*

Pensem nisso.

(O SETH retirou-se.)

(Discussão em grupo.)

Ora bem. Nada é desperdiçado. Nada é desperdiçado. Muito menos a criatividade. Portanto, os vossos pensamentos não são desperdiçados, os vossos sonhos não são desperdiçados — nem os pensamentos e sonhos de outras pessoas que têm realidades psicológicas talvez completamente diferentes das vossas. A natureza é luxuosa. Usa tudo com uma exibição grandiosa e desordenada.

(Ingrid:) ("Seth, não é um desperdício as pessoas fazerem abortos o tempo todo? Para mim, parece um desperdício engravidar quando, sempre que se pensa em engravidar, se faz um aborto. Parece um desperdício.")

Pode ser tolice. Não sei se é desperdício. Pois a consciência virá à vida se quiser. E se a consciência escolher uma mãe que queira abortar, então estará aqui apenas para uma viagem curta — uma olhadela ao redor. É como a semente de uma macieira que viaja até ao quintal ao lado, mas não amadurece. Dá uma olhadela e tenta de novo. Qualquer consciência que queira nascer, nasce. E escolhe uma mãe que queira levar uma gravidez até ao fim.

(O Seth retirou-se.)

(Durante a discussão, a Sheri estava a falar sobre o quanto os seus alunos apreciam as fitas do Seth.)

(Sheri:) ("O sotaque, no começo, é um pouco difícil de entender.")

O meu sotaque não é difícil de entender. Todos vocês têm sotaques diferentes. Eu tenho um sotaque eterno. É sempre assim.

(O Seth retirou-se.)

(A Sue estava preocupada com a reação das pessoas em Dundee, NY, ao seu livro.)

Agora. Sue, se falares sobre a vida e a morte, e se falares sobre os sonhos e aspirações dos homens, algumas pessoas em Dundee entenderão. Não penses em termos literários. Os termos literários podem separar-te das pessoas. Mas o que sabes intuitivamente só pode ligar-te às pessoas. Vais apenas vocalizar sentimentos que elas têm mas não entendem. Fala com

simplicidade. Está ciente das tuas próprias dúvidas e hesitações, pois elas podem identificar-se com isso. Não são criaturas de hábitos. Não são opacos a essas ideias.

Não são tão "burros" quanto pensas — às ideias. Agora, eu sou de facto um animal estranho para entrar no curral de qualquer fazendeiro — e, de facto, mugindo alto. E, no entanto, não sou assim tão estranho para nenhum deles. A estranheza está apenas a um nível superficial. Ruburt recebe cartas de pessoas de todo o país — de todos os sectores da vida, de fazendeiros e taxistas, professores, pessoas de qualquer profissão. Portanto, não penses nas pessoas de Dundee como um grupo de pessoas que não entende o que estás a fazer.

Todos são indivíduos com os seus próprios sonhos e níveis de compreensão. Alguns lerão os livros e outros não. Alguns entenderão e outros não. As pessoas noutras Dundees farão o mesmo. Deves ser fiel aos teus próprios sentimentos, sejam eles quais forem.

(Jeff estava a recapitular as declarações anteriores de Seth.)

Estás a fazer um bom trabalho.

(Jeff:) ("Obrigado.")

Mas há outro ponto. Ruburt nunca disse: "Será que as pessoas em Elmira entenderão o que estou a dizer?" Ele escreveu porque tinha de escrever o que escreveu. Agora, se tu (Sue) tens de escrever o que tens de escrever, escreve. Se não tens, então não o faças. Pois esse é o caminho que deves seguir. Deves seguir os teus sentimentos. E se escreveres o que sentes, não importa — a tua mensagem chegará às pessoas em todo o mundo. E se não escreveres o que sentes, a mensagem não terá significado.

(Sue:) ("Acho que estava preocupada com os aborrecimentos imediatos em relação ao…")

Fala com Ruburt.

SESSÃO APAGADA

6 DE DEZEMBRO DE 1978

(Nenhum de nós tinha perguntas específicas para SETH.)

Agora: uma sessão breve, o suficiente. Muito de um homem ou de uma mulher mostra-se aos outros. Muito de uma pessoa mostra-se a si própria — mas grande parte da visão de mundo de um indivíduo está oculta. Fica oculta porque as pessoas prestam atenção às áreas oficiais da vida.

(Para mim:) A tua visão de mundo, por exemplo, envolve o teu conhecimento e compreensão do governo e da política conforme os percebes — através da leitura ou da televisão. Interages com esse clima psicológico invisível, de modo que ele se torna parte do teu ambiente mental. A tua visão de mundo inclui pinturas que existem na tua imaginação, assim como pinturas feitas nos teus termos "até agora".

As tuas aspirações fazem parte da tua visão de mundo. Mas também existem entre as tuas atitudes em relação à cultura, à tua idade, ao tempo que parece estar envolvido na pintura. A tua visão de mundo inclui as tuas atitudes em relação aos teus pais e aos pais deles. Inclui também as tuas atitudes em relação às aspirações dos teus pais e as tuas opiniões sobre os teus irmãos e as famílias deles. A tua visão de mundo deve incluir as tuas crenças sobre o corpo e a mente, sobre religião, história e filosofia — e tu estás como uma entidade, uma entidade psicológica, no centro desse mundo interior.

Aceitas certas ideias e crenças como parte da tua visão de mundo — como toda a gente faz. Quando jovem, tu — e também Ruburt — desafiaste muitas das crenças do "mundo" e recusaste aceitá-las como parte da tua visão de mundo personalizada.

Descartaste primeiro as ideias religiosas convencionais e depois as ideias científicas convencionais. Portanto, embora façam parte da tua sociedade, não fazem parte das tuas visões de mundo personalizadas. Algumas ideias caem no esquecimento facilmente. Outras escapam à tua atenção ou não parecem vitais o suficiente para serem questionadas num dado momento. É inútil desejares que ambos estivessem "em harmonia com o mundo" ou imaginarem-se a seguir as crenças cegamente, mas em feliz ignorância. Isso significaria que estarias a desperdiçar a tua própria inteligência, intuição e sagacidade. Há dificuldades relacionadas com o caminho que escolheste, mas pelo menos tens a esperança de realização e,

se me perdoas, a alegria criativa de uma busca honesta. Aqueles que seguem as linhas oficiais da consciência, neste momento, não têm esse apoio para se amparar, enquanto os resultados do seu curso se tornam mais obviamente confusos.

Novamente, o que vos digo muitas vezes vai contra crenças profundamente enraizadas em ambos. As vossas conquistas residem no facto de terem conseguido libertar-se dos dogmas da vossa época e de épocas anteriores. É impossível comparar a riqueza das vossas visões de mundo com as de outros — mas, como sabem, há sempre espaço para melhorias. A melhoria pode vir ao descartar como "factos" ainda mais bagagem mental do mundo. Entendes muitas questões intelectualmente, mas não adquiriste a compreensão emocional delas. A minha última sessão, em particular, menciona essas questões. Parecem bastante simples e, no entanto, estão certas. A preocupação não leva à ação. De facto, inibe os insights intuitivos que permitem que ocorram ações construtivas.

Devem ser mais compreensivos e compassivos convosco do que têm sido. O problema de um dente ou de dentes maus não deve ser ignorado, mas não deve ser ocasião para vos rebaixarem, terem pensamentos de autoacusação ou gerarem sentimentos infelizes de inferioridade. O corpo é sempre uma estrutura viva, alerta, responsiva e em constante mudança, totalmente concentrada no presente. Não viverá para sempre — nem quer viver. Conhece a dor e o prazer. Cresces em direção ao prazer — o desejo por ele impulsiona-te e impulsiona o corpo. A dor muitas vezes age como professora, dizendo: "Esta direção não é para ti", pois reflete pensamentos dolorosos. Na prática, no vosso mundo, haverá algum desgaste. Negar isso é pedir demais.

As pessoas têm dificuldades com os dentes nos tempos modernos, por muitas razões — mas principalmente porque é uma área aceite para a dificuldade se manifestar e porque os cosméticos do dentista podem de facto reparar a aparência. Pelo menos em certos períodos históricos, as pessoas mantinham os dentes por mais tempo, sabendo que nada poderia ser feito para reparar os danos. O ideal — e é um grande ideal — é que não haja esse tipo de dano ao corpo. As vossas atitudes têm sido de autoacusação em relação a qualquer problema deste tipo.

Quaisquer dificuldades de saúde fluirão para o reservatório das vossas crenças — mas o corpo não deve ser mais do que o reflexo e a materialização da vossa realidade interior, tal como aparece no espaço e no

tempo. Os vossos problemas são resultados dos vossos próprios problemas internos e têm o objetivo de vos levar à compreensão interior. Da mesma forma, os suicídios de Jonestown levam a sociedade a enfrentar os seus problemas internos.

Resumidamente, todas as partes do corpo do Ruburt estão a ganhar força e a mudar rapidamente. O que ele experimenta às vezes como sensações dolorosas, o corpo experimenta como novos sinais de atividade. A sessão da semana passada deve ser lida frequentemente por vocês dois, para que possam dar alguns saltos em direção às compreensões emocionais de que precisam.

Tem alguma pergunta?

(Abanei a cabeça, na negativa.)

Então desejo-te uma boa noite.

(10:00 P.M.) "Estou quase com aquela sensação de enjoo que tenho depois de algumas sessões", disse a Jane.

(Observações: Em 2 de Dezembro, recebemos a visita de um grupo de alunos da Jane, de Nova Iorque — Richie, Ricky, Sheri, Jerry, Jeff, Van Zandt, etc. Jane deu uma longa sessão interrompida com frequência por discussões em "classe". Em breve, receberemos uma transcrição do material, que será incorporada ao caderno excluído. SETH falou sobre dentes esta noite por causa da minha visita ao dentista hoje, numa tentativa — aparentemente bem-sucedida — de salvar um dente da frente que começou a desgastar-se repentinamente. Considero que foi por pouco e espero que a obturação colocada salve o dente. Além disso, Jane também tem problemas dentários — um dos seus dentes inferiores está a soltar-se.)

SESSÃO APAGADA

1.º DE JANEIRO DE 1979

(Observe a data da sessão desta noite. É a primeira desde 6 de Dezembro de 1978. Agora, com o Ano Novo, queremos iniciar um cronograma para as sessões e cumpri-lo em sua maior parte. As festas de fim de ano acabaram. A árvore de Natal e todas as decorações foram desmontadas; a casa foi limpa até certo ponto, e a versão copiada do Volume 2 de "Unknown" Reality foi devolvida à Prentice-Hall. Jane e eu passámos duas semanas difíceis apagando a maioria das alterações sugeridas no manuscrito, e agora ele está a caminho da gráfica para as provas de página. Enviei-o pelo correio em 26 de Dezembro e só hoje recebi o recibo de devolução. Para constar: o "Unknown", ao que parece, é daqueles trabalhos que não serão muito tranquilos, embora agora estejamos a chegar ao fim do ciclo. Ainda hoje, um dia depois desta sessão, recebi uma chamada da Tam, da Prentice-Hall, querendo saber sobre a possibilidade de reduzir o tamanho do livro. Tanto Jane quanto eu recusámos.

(No entanto, a chamada ajudou a despoletar um ataque de "pânico", como eu lhe chamo, envolvendo palpitações no peito. O pêndulo concordou. Naturalmente, isto é provocado pelas minhas próprias reações a seja o que for o gatilho, mas ainda assim "Desconhecido" e outros projetos criativos têm sido frequentemente envolvidos, quando os conflitos entre o que considero trabalho criativo útil se chocam com a realização de coisas como limpar a neve ou outras tarefas domésticas que parecem "tarefas". Nada disto é novo, embora eu tenha melhorado muito nas minhas reações no último ano.

(O longo tempo de trabalho — talvez três anos — gasto em "Realidade Desconhecid") evidentemente permitiu que este projeto acumulasse fortes cargas psíquicas da minha parte; quando surgiam dúvidas ou desafios em conflito com o livro, eu reagia de forma desconfortável de vez em quando. Jane ainda está a fazer fielmente os seus exercícios duas vezes por dia e a caminhar mais do que nunca; estou a começar um gráfico. Ela está a fazer a sua própria lista de coisas a fazer em 1979, incluindo o ponto de energia. Ainda me preocupo profundamente com a sua condição e, na maior parte do tempo, parece que nos movemos dia após dia como sempre. No intervalo das férias, as sessões pareceram ter ficado em segundo plano. Quando chegamos a esse estado,

pessoalmente acho que as sessões fazem pouca diferença de uma forma ou de outra. Depois, quando retomamos, parece que uma chave abre portas. Receio que SETH tenha passado anos a incentivar-nos a fazer coisas que, por qualquer motivo, não fazemos ou não podemos fazer — por mais simples que pareçam ser.)

Boa noite.

("Boa noite, SETH.")

Agora: desejo-te um feliz ano novo, no qual espero que consigas inserir um toque de leveza de vez em quando. Agora, se eu fosse vocês dois, a fazer uma lista de resoluções, a minha lista incluiria sentimentos e atitudes. Coisas a fazer são muito boas — muito boas mesmo — mas os sentimentos e as atitudes são, digamos, pelo menos tão importantes. Não teria a pretensão de fazer uma lista de resoluções para ti, mas, num esforço imaginativo, isto é o que eu pretenderia listar se fosse tu — ou seja, vocês dois. Embora este seja um novo ano, não há nada de realmente novo na lista.

(Durante todo este discurso, a voz e os modos de SETH continham mais do que uma leve ironia.)

Primeiro: Aprovarei a mim mesmo, as minhas características, as minhas habilidades, os meus gostos e desgostos, as minhas inclinações e desinteresses, percebendo que formam a minha individualidade única. Foram-me dadas por uma razão.

Segundo: Aprovarei e rejubilarei com as minhas realizações, e serei tão vigoroso ao listá-las — tão rigoroso ao lembrá-las — como sempre fui a recordar e enumerar os meus fracassos ou a falta de realização.

Terceiro: Lembrar-me-ei da estrutura criativa da existência, na qual tenho o meu ser. Portanto, as possibilidades, os potenciais, os milagres aparentes e a alegre espontaneidade do Plano subjetivo estarão na minha mente, de modo que as portas para a vida criativa estarão abertas.

Quarto: Perceberei que o futuro é uma probabilidade. Em termos de experiência comum, ainda não existe nada lá. É um território virgem, plantado pelos meus sentimentos e pensamentos no presente. Portanto, plantarei realizações e sucessos, e fá-lo-ei lembrando que nada pode existir no futuro que eu não queira que esteja lá.

Um certo Sr. Butts, creio eu, falou hoje cedo sobre os seus pais e mencionou as realizações que estavam presentes mas não eram apreciadas. A lista que acabei de dar é importante porque, se não valorizas as tuas

habilidades ou não te aprovas, então impedem-se de usar as tuas próprias habilidades. Negas a ti mesmo a ajuda e o auxílio delas porque não reconheces as tuas próprias habilidades como tal, no verdadeiro sentido da palavra.

Questionas as tuas próprias características e, assim, as tuas realizações desaparecem aos teus olhos. Não quero ser severo, mas demonstras realmente ingratidão quando "desejas ser como as outras pessoas". As pessoas comuns desejam profundamente "ser diferentes", ter as qualidades que vocês dois possuem.

Quando se sentem assim, aprofundam a sensação de isolamento, ao mesmo tempo que se privam dos verdadeiros prazeres da realização e da criatividade que um leve isolamento proporciona. Os pontos que mencionei podem literalmente fazer milagres nas vossas vidas — e podem começar amanhã. Ruburt deve definitivamente retomar o ponto de poder. Isso aumentará enormemente os efeitos dos seus exercícios e caminhadas, pois acrescentará o toque milagroso do Plano subjetivo a essas atividades. Esta última frase é muito importante.

Comecem a biblioteca — vocês dois ou Ruburt sozinho, se preferirem. Leiam as sessões do Plano subjetivo, pois esqueceram-se muito de se concentrar nessa direção e de procurar indícios da sua atividade. A busca também cria a atividade, pois serve como foco psicológico.

Não sejam tão severos nas vossas relações convosco, mas sejam mais indulgentes. Sabem bem o significado da palavra.

Recomeçarei as sessões de livros na quarta-feira e retomaremos as nossas duas sessões por semana. Essas sessões também ajudarão de outras formas, pois também proporcionam um certo impulso psíquico em momentos específicos.

Tem alguma dúvida?

("Não, acho que não.")

Então, na quarta-feira, começaremos as nossas sessões habituais, e desejo-vos um ano novo produtivo e agradável.

("Obrigado, SETH.")

— e uma boa noite carinhosa.

(21:34. A referência de SETH aos meus pais surgiu de uma perceção que expressei hoje cedo — que é óbvia quando pensada: muitas vezes, quando jovem, deplorava as constantes discussões e desentendimentos dos meus pais, julgando-os, mas nunca pensei em como eles se sentiam

diariamente a viver aquelas vidas. Obviamente — mais uma vez — deviam ter sido muito infelizes na maior parte do tempo. Essa compreensão simples não me ocorreu, que eu me lembre, nem aos meus irmãos — ambos, creio eu, ainda têm ideias primitivas sobre o pai, especialmente. Ao mesmo tempo, agora percebo que o meu pai realizou muitas coisas de que ele e os outros membros da família não tinham consciência. Todos nós estávamos certamente mais do que satisfeitos com algumas das suas contribuições — simplesmente aquelas relacionadas com acampamentos, por exemplo — enquanto não entendíamos ou não percebíamos muitas outras facetas da sua vida e das nossas próprias vidas individuais, à medida que funcionavam dentro da estrutura familiar. Suponho que toda a gente sinta mais tarde que havia inúmeras coisas que poderia ter feito para ajudar os outros.)

SESSÃO APAGADA

3 DE JANEIRO DE 1979

(Na última sessão, Seth prometeu começar a ditar o seu último livro depois de uma longa pausa, mas, no fim das contas, o livro não foi recomeçado. Em vez disso, pedi-lhe que lidasse com os desafios que Jane e eu ainda enfrentamos e, aparentemente, não conseguimos resolver — os sintomas dela e os meus próprios sentimentos de pânico e sintomas relacionados, conforme mencionado também na última sessão. Também planeei começar a rever as primeiras sessões excluídas que Seth deu sobre os sintomas da Jane, pois nunca as esqueci e sempre achei que foram tão boas quanto qualquer outra que ele já deu sobre estes assuntos. A principal delas, a sessão revolucionária, na minha opinião, foi a 367.ª, de 1 de Outubro de 1967.

(Li-a um pouco antes do início da sessão desta noite e pude reafirmar a minha opinião de que continua a ser uma das melhores; ao mesmo tempo, ela suscitou dúvidas, pois trata de causas do passado. De acordo com o uso do ponto de poder sugerido por Seth e com o material excluído recentemente, não se deve insistir no passado, mas seguir em frente a partir do presente — dois grandes blocos de material que, à primeira vista, parecem contraditórios. Acrescentei que duvido que o sejam, mas que as visões precisam de ser integradas para entendermos tudo isso claramente como uma teoria unificada — mais ou menos como uma teoria de campo

na física, talvez. Presumo que será necessário muito trabalho para conseguir isso, mas deixo aqui este apontamento como um resquício de uma das coisas que quero realizar este ano nesta área. Jane e eu também planeámos uma lista de perguntas para Seth sobre toda a situação, e vejo que se acumularão num caderno para acompanhar estas sessões. Acho que já obtivemos algumas perceções que deixámos passar ou que não entendemos. Neste momento, pelo menos, planeio passar as noites a digitar o material da nova sessão e, no tempo restante, reestudar o material anterior na esperança de juntar tudo com e/ou sem a ajuda de Seth. Mas, com este trabalho, espero que surjam as nossas perguntas para ele.

(Estou profundamente preocupado com a condição da Jane e com o que considero a sua estranha passividade perante isso; há pistas dessa atitude na 367.ª sessão. Tenho a certeza de que o meu próprio papel em tudo isto é muito importante e que, à minha maneira, estou tão preso quanto ela, embora isso não se veja fisicamente. Acho que as observações de Seth na última sessão excluída — em 1 de Janeiro de 1979 — são especialmente apropriadas: "Você questiona as suas próprias características e, assim, as suas realizações desaparecem aos seus olhos". Acho que o que quero saber é por que precisamos questionar essas características — ou, pelo menos, por que nós, ou seja, qualquer pessoa, não podemos viver em harmonia com elas. Assim, pelo menos, teríamos um pouco de paz de espírito. Do jeito que está, essa qualidade é muito rara para nós.

(A Jane também leu a 367.ª sessão antes da sessão desta noite. Parece que, essencialmente, a nossa situação continua inalterada, 12 anos depois, o que, infelizmente, não diz muito sobre a nossa capacidade de aprendizagem. Quando a sessão começou, eu meio que esperava que Seth nos dissesse para ficarmos longe de sessões antigas excluídas, pois, como mencionado, mergulhar no passado pode criar um foco demasiado intenso ali e reforçar os problemas, sejam eles quais forem. Mas ele não disse isso. Mais tarde, disse à Jane que parece que Seth adapta o seu material para responder às nossas necessidades e/ou ao estado de espírito do momento — o que pode ser uma das maneiras de integrar blocos do seu material num todo maior, que pode ter muitas facetas ou abordagens.)

Bem: devido ao vosso estado de espírito, esta será a primeira de várias sessões que tratarão especificamente dos vossos problemas. Antes de começarmos, deixem claro que os vossos problemas não são mais

perturbadores, desagradáveis ou exaustivos do que os de outras pessoas. Muitos nem chegam à vossa idade. Os problemas fazem parte da vida humana — uma condição da vossa existência. São desafios, altamente característicos de toda a matéria viva. Os vossos próprios problemas podem parecer tão grandes que se esquecem disso. Não são inferiores porque têm problemas. São simplesmente humanos e, se precisarem de alguma prova de que fazem parte da espécie humana e não estão assim tão isolados dos outros, essa é a prova.

Mais uma vez, porém, os desafios criativos são estabelecidos por cada indivíduo — desafios que envolvem conquistas, claro, de um tipo ou de outro, simples ou sublimes. Não são inferiores porque têm problemas. Os perfeccionistas, no entanto, não apenas têm uma visão negativa dos problemas, mas consideram cada um deles uma mancha, uma prova de inferioridade em si mesmos ou nos outros, e veem essas manchas em toda a parte. São, de certa forma, excessivamente conscienciosos e temem a espontaneidade para que não seja menos que perfeita. Essas são falhas de medo.

Agora, em casamentos íntimos ou de longa duração, há uma espécie de personalidade familiar sobreposta — um composto — para o qual cada membro contribui e ao qual todos os membros respondem. Num relacionamento como o teu e o do Ruburt, isso aplica-se de uma forma muito intensa. O que leste na antiga sessão desta noite ainda se aplica em grande parte. Deve-se observar, como disse Ruburt, que o ângulo da pobreza foi em grande parte erradicado — mas tu (para mim) preservas isso nas tuas preocupações com impostos, por exemplo — pois esses sentimentos de ressentimento ainda te ajudam a continuar a sentir-te empobrecido e virtuoso. Servem para te desconectar de qualquer estatuto de rendimento opulento — colocam-te de volta entre os pobres, onde sentes que pertences; e, portanto, imaginas os rendimentos maiores, muito maiores, de outras pessoas e, nessa comparação, sentes-te abatido — mas, novamente, virtuoso.

Antes de se mudarem para aqui, ambos imaginaram que seriam estranhos na vizinhança e exageraram as vossas diferenças em relação aos outros. Ruburt não se importou de gastar o dinheiro nas varandas, já que estaria "a aumentar o valor da fábrica" — o estabelecimento de trabalho. Ele escrevia na parte de trás (*em tom bem-humorado*) para mostrar que a varanda não era, afinal, para prazer.

Essa sessão que leste (a 367.ª) aplicou-se principalmente ao Ruburt, mas também tens o que chamarei de um eu excessivamente consciente em batalha com o eu espontâneo (*um facto de que estou bem ciente e que discuti com Jane antes da sessão desta noite*). Na verdade, tornaste-te um pouco mais espontâneo. Por que não — já que o Ruburt estava a expressar muito bem os eus excessivamente conscientes de vocês dois? Ninguém pode fazer isso completamente por outra pessoa, claro, então tens as tuas próprias dificuldades com a espontaneidade. O eu espontâneo de Ruburt era de longe o mais ativo e, portanto, as defesas dele contra isso — como o eu excessivamente consciente — eram mais óbvias do que as tuas.

As tuas dificuldades anteriores, antes de conheceres o Ruburt, envolviam relacionamentos, pois não tinhas relacionamentos profundos, não te permitindo ficar próximo de ninguém. Quando te apaixonaste por Ruburt, uma parte de ti ficou chocada, pois sentiste que deverias manter-te sempre assim — e, naquela época, o eu espontâneo de Ruburt muitas vezes recebia uma resposta do teu eu excessivamente consciente, de modo que parecias fria para ele e, ao repelires a espontaneidade dele, naturalmente tinhas medo de revelar a tua própria.

(9:55) Mostraste-lhe, muitas vezes, o rosto de uma pessoa excessivamente consciente de si.

Agora: é claro que tinhas outros problemas com os quais ele não tinha experiência suficiente para ver, e no momento em que as sessões começaram, estavam os dois num ponto baixo. A libertação de energia psíquica envolvida, independentemente de mim, foi literalmente um novo nascimento, gerando um ímpeto de mudança e atividade criativa. Num sentido importante, as habilidades de Ruburt como escritor encontraram o seu ponto forte. Ele tinha encontrado a sua direção, embora essa direção não seguisse as suas crenças. Estava naturalmente destinado a seguir por áreas que confundiriam a sua educação anterior.

A preocupação dele com a tua saúde também funcionou como um forte impulso, permitindo-lhe romper as estruturas habituais, e as sessões deram-lhe o conhecimento necessário para se recuperar. Ambos perceberam, desde pequenos, que eram diferentes dos outros — relativamente falando — e glorificavam-se com essas diferenças. Quando se uniram, queriam ficar sozinhos. Queriam estar isolados para trabalhar nas suas atividades.

Foste criando, pouco a pouco, certas barreiras contra o mundo. À medida que foste crescendo, as falhas da condição humana tornaram-se mais percetíveis. As tuas próprias diferenças em relação aos outros tornaram-se mais evidentes. À medida que os livros se tornaram mais populares, viste-te subitamente ameaçado em termos de privacidade, de exposição pessoal — e talvez, sentiu Ruburt, forçado de uma forma ou de outra a entrar naquele outro mundo ao qual, afinal, vocês os dois não pertenciam.

Para adiantar: é verdade que Ruburt não te pediu para o levares a passear, e é igualmente verdade que não ofereceste (*embora eu tenha mencionado isso na semana passada*). Teria ido à festa (*na casa dos Bumbalo, em 29 de Dezembro*) com algum incentivo teu, mas não o deste — pois, inteligentemente, quando um está pronto para agir, o outro não está.

As tuas tendências perfeccionistas dizem-te para não saíres para o mundo até que Ruburt possa andar normalmente e com orgulho. Refiro-me a vocês os dois quando digo que é um crime que qualquer um tenha um problema, independentemente de o resto do mundo estar ou não cheio de caos.

Gloriavas-te em ficar sozinho. Era o que querias. Agora parece que a solidão é uma armadilha. Pensas em isolamento e em manter-te isolado do mundo, mas, ao mesmo tempo, não queres ter nada a ver com ele. A condição de Ruburt, de certa forma, impede que magoes os outros. Se fechas a porta na cara do mundo, é porque Ruburt não consegue andar corretamente. O eu excessivamente consciente de ambas as partes, num grau elevado, torna-se uma personalidade composta. As tuas crenças são invisíveis porque as aceitas irrefletidamente.

As próximas sessões antigas devem ser lidas. Vocês os dois, em grande parte — exceto no trabalho — cortaram a espontaneidade das vossas vidas; os vossos hábitos estão tão estabelecidos. Nesse sentido, não se desafiam e, portanto, o vosso trabalho também é prejudicado. Em vez de conselheiros (*hipnóticos*), tentem estabelecer um diálogo, cada um de vocês, com o eu excessivamente consciente — lembrando-o de que a espontaneidade conhece a sua própria ordem — e que as defesas são exageradas, com a melhor das boas intenções.

Devem pensar em termos de surpresas, de espontaneidade, de ritmos alterados. Entre agora e a nossa próxima sessão, leiam esse grupo de

antigos e cada um tente alcançar o seu próprio eu excessivamente consciente. Por trás de tudo isso está a sensação de que a exposição é perigosa, de que os verdadeiros sentimentos devem ser escondidos e de que o mundo não é seguro — daí a vossa necessidade de defesas. Leiam também esta sessão juntos e sigam todas as sugestões que vos dei.

Isto é tudo por esta noite — mas não é tudo.

("Boa noite, SETH.")

(10:14. Fiquei surpreendido com o término precoce da sessão. "Provavelmente eu tinha mais", disse Jane, "mas estava a sentir-me tão mal que acabei por desistir." — "Bem, então faz uma pausa e vê o que acontece." — "Voltarei rapidamente porque estou a ouvir algumas frases na minha cabeça." Então, às 10:15:)

A reação de Ruburt às minhas sugestões simples a seguir mostra o quanto elas são necessárias — e, sem dúvida, experimentarás a tua própria versão, mais fraca. Precisas da ideia de mudança — uma ideia que Ruburt costumava achar empolgante. Muda a mobília da sala de estar, do quarto, da cozinha — ou o que puderes — simplesmente para que, de forma simbólica e lenta, te acostumes com a ideia de mudança e rompam a massa invisível de padrões mentais ligados ao teu estado atual.

Não me importa, por exemplo, o que mudas. Muda o teu horário de trabalho, mas pensa em termos de mudança — e agora por causa da mudança — para mostrar que podes operar muito bem sem padrões rígidos de comportamento. O que precisas é simplesmente de mudar de ares. Poderias, de facto, pegar numa carrinha e ir para a Flórida. Não vejo que o faças agora. Precisas de alargar a tua visão das tuas próprias operações.

O que quero dizer vai esperar, pois quero que leiam essas sessões antigas primeiro — e, em tudo isso, lembrem-se do Plano subjetivo, que trata da mudança criativa, que é o crescimento. Fim da sessão e uma carinhosa boa noite.

("Obrigado, SETH." 22h27. Como sempre, acho que o material é excelente.)

SESSÃO APAGADA

5 de JANEIRO DE 1979

(Depois do jantar, Jane ofereceu-se para fazer uma sessão para mim porque, durante o dia, tive várias recorrências de sensações de pânico no peito. A primeira ocorreu hoje de manhã cedo, depois de eu ter limpado apenas algumas bolas de neve na entrada da garagem — na verdade, não havia trabalho algum envolvido, mas tive de parar por medo de ter algum tipo de "ataque". Então, ao meio-dia, recebemos da Prentice-Hall cópias do índice revisto para o Volume 1 de "Realidade Desconhecida", além de novas provas de página do tipo escolhido para o Volume 2 — um assunto que pensávamos já estar resolvido. Gostámos de tudo, exceto pelo facto de eu achar que o tipo itálico parecia um pouco carregado em comparação com o usado no Volume 1. Jane achou que estava bem.

(Depois do almoço, pedi-lhe que ligasse para Ethel Waters, na Prentice-Hall, para dizer que estava tudo certo, simplesmente para me livrar das preocupações com o livro. Entretanto, os sentimentos de desconforto e/ou pânico voltaram depois do jantar, e Jane ofereceu a sessão. Expliquei-lhe as minhas reservas sobre a fonte em itálico e as minhas tentativas de me livrar das preocupações com os livros. Finalmente, tive de optar por colocar a minha condição física em primeiro lugar, achando que isso era mais importante do que qualquer outra coisa. Muitos outros obviamente acharam que os tipos escolhidos para o Volume 2 eram bons, disse eu — então o que estava eu a fazer, a preocupar-me com algo assim, a querer dizer aos outros como fazer o seu trabalho?)

(Por fim, concluí que não valia a pena e esperei que a Jane adotasse um pouco desse pensamento para alguns dos seus próprios desafios. O pêndulo, aliás, concordou que a minha preocupação com o tipo de letra causou os sentimentos de ansiedade depois do jantar. Jane surpreendeu-me ao mencionar uma sessão por volta das 19h40. Quando me chamou para participar, eram 20h35 e o seu humor já tinha mudado. Antes, sentia-se "lúcida". Agora tinha perguntas e desejava que tivéssemos começado logo a sessão assim que a mencionou. Enquanto esperávamos o início, li para ela as primeiras perguntas que tinha anotado ao reler a 367.ª sessão — a primeira sessão abrangente de SETH sobre os sintomas dela, que tem sido mencionada com bastante frequência ultimamente. Ainda quero estudar todas essas primeiras sessões pessoais, mas ainda não avancei muito por causa de todo o material novo que estamos a receber

ultimamente. Mas elas estão sempre lá, à espera. Eu não esperava que SETH abordasse as minhas perguntas escritas esta noite, embora ele se tenha referido a várias delas, ainda que de forma um tanto oblíqua.)

Boa noite.

("Boa noite, SETH.")

Agora: o eu excessivamente consciente é opinativo, de mente fechada, pedante. Acredita que está certo. Às vezes é possível ser opinativo, ter a mente fechada e ser pedante num comportamento normal, mas quando certas características se agrupam, temos a formação de um eu excessivamente consciente, que age de forma repetitiva, sempre mostrando essas características rígidas.

Na vossa cultura, essa parte do eu forma-se na infância e nos primeiros anos de escola, muitas vezes como resultado do conflito entre a necessidade de comportamento obediente em relação aos adultos e a necessidade de crescimento e atividade independentes que podem ser julgadas como rebeldes pelos mais velhos.

Quando disse que não era racional (*na 367.ª sessão*), falei em termos relativos. É claro que a comunicação é possível. O eu consciente agrupa-se em torno de ideias de certo e errado. Essa parte do eu é frequentemente alterada; as suas características tornam-se menos aparentes à medida que os indivíduos se movem pelos vários grupos sociais — trabalho, igreja, comunidade — onde é óbvio que os padrões de comportamento não são rígidos, mas adaptáveis.

Vocês os dois têm trabalhado sozinhos em grande parte, e as vossas metas de trabalho envolvem, é claro, o desenvolvimento de características de personalidade que devem ser aplicadas ao trabalho artístico. Estás consciente do facto de que uma grande pintura pode continuar a ser excelente apesar de retratar, por exemplo, atos de violência que são "maus". De certa forma, começaste a aplicar o "tipo errado" de julgamentos morais. Vou tentar explicar, embora possas, Joseph, a princípio, discordar.

O material que veio do *Realidade Desconhecida* hoje — discordaste do tipo de letra, se entendi bem. Isso é legítimo como julgamento artístico, mas é ilegítimo como julgamento moral. Não há nada de errado ou inferior nas pessoas da Prentice que tomaram a decisão artística "imprópria". Não é imoral nem errado não ter um excelente julgamento artístico. As pessoas envolvidas estão num departamento de arte. São indivíduos, a fazer o

melhor para desenvolver as suas capacidades e as suas vidas — mas a tua indignação foi moral em termos restritos, e não em termos artísticos aceitáveis. Fazes isso com frequência.

Ruburt faz isso quando lê material fraco. Imediatamente faz um julgamento moral contra o poeta cujo material é artisticamente pobre. A pessoa envolvida pode ter dificuldade de expressão artística, e uma repulsa artística pode ser aceitável — mas não uma repulsa moral.

Agora, até fizeram — os dois — o mesmo tipo de julgamento moral, ou melhor, imoral, sobre a condição de Ruburt, o que, com o vosso perfeccionismo conjunto, é duplamente terrível. Vês isso como moralmente errado — não apenas como uma condição fisicamente má, mas como moralmente repreensível, refletindo na integridade, no conhecimento e na compreensão de Ruburt.

(8:52) Julgam o mundo, mas em termos morais muito mais rígidos do que qualquer um de vocês realmente imagina. As vossas crenças existem no presente. Sempre entrarei em material retrospetivo ou no passado quando pedirem, pois é importante que entendam que nunca sou evasivo a esse respeito. Mas os eus excessivamente conscientes não são versões separadas de vocês, na verdade. A divisão é uma divisão que uso para fazer certas observações.

Essas ideias são bastante conscientes quando permitem que venham à tona. São crenças que menos examinam. O eu excessivamente consciente não é criativo, particularmente inovador, mas tem grande poder e qualidades de sustentação.

Os diálogos convosco podem trazer essas crenças mais à luz, mas já as mencionei com frequência em muitas sessões e de diferentes maneiras.

Agora: entras em pânico. Que corpo não entraria em pânico com algumas das tuas preocupações e pensamentos? Já falei disso. Se o otimismo parece ser um atributo tão simplório e idiota, então ouve: ele é de facto tolo o suficiente para considerar como certo — pelo menos em parte (*e com ironia*) — que tudo — tudo o que é, as coisas importantes — de alguma forma dará certo. O corpo tolo, sem perceber que essa filosofia é alimento para idiotas, reabastece-se de boas atividades e, de forma animalesca, antecipa o conforto e a exuberância.

É claro que esse otimista não é cego — vê que há, de facto, muitas manchas no mundo; mas a sua fé geral não apenas o sustenta, como, devido

ao seu estado de espírito, a sua criatividade floresce em qualquer grau que tenha. E consegue eliminar algumas dessas máculas.

Os pessimistas insistem que nada vai dar certo no mundo quotidiano — e é aí que vivem. As doenças aumentarão. A pobreza é certa. A mente do pessimista é a mais inteligente, adequada, sã e razoável — e assim ele adoece porque a mente diz ao corpo que não tem nada a esperar. O corpo, claro, não percebe que os pontos de vista do pessimista são os mais inteligentes, adequados, sãos e razoáveis — e por isso adoece, pois a mente diz-lhe que não há nada a esperar.

Agora, vamos ver outra coisa. Já disse várias vezes que, salvo algumas exceções, não usaste as tuas habilidades criativas para ajudar a resolver os teus problemas. Sugeri algumas mudanças. Veremos quantas farás. Sugeriste ir a Sayre. Ruburt primeiro pensou em como calçar as meias e os sapatos, mas depois tentou superar esses pensamentos e imaginar a viagem (*Sayre, PA — minha cidade natal*). A ideia de uma carrinha para a Florida levou Ruburt a sonhar acordado, embora estivesse muito assustado com a ideia, mas tu imediatamente pensaste nas dificuldades, que não daria certo e, de modo geral, nenhum de vocês aplicou pensamentos criativos, imaginativos e positivos de forma constante. Captam os pensamentos e sentimentos um do outro. Ruburt fez progressos, mas ambos ainda acreditam que a preocupação, de alguma forma, levará a uma ação positiva — que o medo será um impulso.

Conheço a extensão das vossas habilidades criativas. Houve ocasiões no passado em que foram aplicadas e Ruburt melhorou consideravelmente. As suas melhorias recentes foram, em grande parte, resultado do trabalho no Quadro 1. Têm sido constantes desde que ele começou a andar, mas lentas. Imaginar uma viagem para a Florida, por exemplo, ou para qualquer lugar que ele queira — planeando-a — é um método de terapia muito mais eficaz do que qualquer preocupação, pois esses planos ativam o corpo e a mente.

As resoluções que vos dei infiltrar-se-iam automaticamente nos "eus" excessivamente conscientes se as mantivessem em mente e decidissem viver de acordo com elas. Ruburt precisa de algum tipo de aula ou atividade semelhante, mas ficou com medo. Tu não o incentivaste. Ele poderá ver melhor as pessoas quando estiver melhor, mas deves agir, pelo menos mentalmente, como se isso já fosse possível.

Tens os recursos. Ruburt está determinado a melhorar. Ambos estão sobrecarregados com velhos hábitos de pensamento que, na verdade, não examinam — e é por isso que o eu excessivamente consciente ainda domina o poleiro. Mudanças criativas, alguma indulgência lúdica, o uso das habilidades criativas e algum raciocínio simples convosco mesmos serão de grande benefício. Preocupar-se é o oposto da cura mental e não vos levará a lado nenhum. Tentem levar isso a sério — e, novamente, numa estrutura mais ampla. Devem concentrar-se nas sugestões criativas que vos dei, e não nas dificuldades.

Fim da sessão por enquanto.

("Ok. Obrigado.") Uma boa noite.

(21:15H. Devo acrescentar que acho que já não acredito que a preocupação seja a resposta para muita coisa, como Seth diz que Jane e eu ainda acreditamos, nem acho que o medo sirva de estímulo para uma ação positiva. Com a ajuda considerável de Seth, livrei-me de tais pensamentos. Ainda me preocupo, obviamente, mas não tenho ilusões de que isso possa ajudar em alguma coisa. A chamada para a Prentice hoje foi um esforço para libertar uma área da vida. Disse à Jane hoje que esta semana pagaria os nossos impostos com alguns dias de antecedência — outro esforço para me libertar.)

SESSÃO APAGADA

8 DE JANEIRO DE 1979

(Como mencionei no final da sessão excluída de sábado à noite, hoje paguei o imposto de renda estadual e federal de Nova Iorque com alguns dias de antecedência, esperando que essa ação contribuísse para a minha sensação de liberdade e, talvez, para a da Jane também. Estou a sentir-me muito bem hoje, embora um traço da sensação de pânico tenha regressado após o jantar desta noite. Nós os dois temos relido com frequência as resoluções de Seth para o Ano Novo, conforme apresentadas em 1 de Janeiro de 1979. Antes da sessão desta noite, Jane leu as perguntas que escrevi, derivadas da minha leitura da 367.ª sessão. Discutimo-las brevemente. Eu poderia listar muitas outras, mas provavelmente não o farei. Ainda acho que Seth não gostaria de passar muito tempo a discutir esse material antigo em detalhe, já que disse muitas vezes que se concentrar no que estava errado no passado é negativo e autodestrutivo.

(A partir de ontem, Jane começou os seus exercícios de caminhada com a mesa de digitação usando uma almofada debaixo dos braços. Isso faz com que ela eleve a postura cerca de um centímetro e, aparentemente, produziu resultados imediatos em termos de uma postura muito melhor, mais equilibrada e mais livre. Pensámos que devia estar pronta para fazer essa sugestão sobre a almofada. Já está a falar em usar algo sobre a mesa para a ajudar a ficar ainda mais ereta. A sua dedicação aos exercícios certamente está a mostrar resultados.

(O Willy não parava de me incomodar enquanto eu tentava fazer anotações para esta sessão — sentado perto de mim no sofá, a querer olhar para mim e ser acariciado ao mesmo tempo. "Espero que o Seth não fale muito alto", disse Jane enquanto esperávamos que ele passasse, "ou posso perder este dente." Estava solto.)

Bem: é inútil voltar a sessões antigas para tentar descobrir o que está ou estava errado — isso é autodestrutivo. É uma excelente ideia analisar as sessões antigas com o objetivo de aproveitar as sugestões que vos dei para ações construtivas — e segui-las.

Algumas coisas são simplesmente difíceis de eu explicar e para ti de entender. As ideias da tua sociedade geralmente tornam certas ideias invisíveis para ti, embora apresentadas em preto e branco. Uso termos como "eu excessivamente consciente" para vos ajudar. E, é claro, queres saber porque não sabes quando parar em dispositivos excessivamente protetores (*uma das minhas perguntas*).

"Isto" simplesmente representa certas atitudes e crenças que tens, ou que Ruburt tem. Misturam-se e fundem-se com outras crenças e ideias, colorindo as ações. Quando digo isto, isolo uma parte específica da tua realidade subjetiva e rotulo-a por conveniência. "Ela" nunca vai realmente contra os teus desejos. Se as principais metas de trabalho de Ruburt, por exemplo, envolvessem diretamente e principalmente o contato imediato com outras pessoas, por meio de trabalho universitário ou outra coisa, a sua mobilidade não teria sido prejudicada.

Muitas necessidades foram aparentemente satisfeitas pela condição física. A falta de compreensão está por trás da questão, claro, mas o eu espontâneo também foi levado em consideração — de modo que a mobilidade interna, a aceleração de ideias e experiências, foi permitida. Alguns amortecedores foram colocados ali, mas não porque uma parte do

eu conspirasse contra a outra parte. Era uma situação de dar e receber; a proteção era usada onde se sentia que era necessária.

Tinham um forte impulso para usar as habilidades — e não as usuais, em que as regras de conduta ou profissionalismo estariam delineadas. Por causa de ambas as atitudes, achavam que um método deveria ser cauteloso. Estavam sobrecarregados com as crenças usuais da vossa época e, ao mesmo tempo, tentavam entender novas crenças. As ideias que tentei dar-vos — descritas, por exemplo, nas resoluções de Ano Novo — ainda não chegaram até vós.

Os codicilos de Ruburt representaram um ponto de entendimento intuitivo, mas ele não os aplicou na vida prática. Quando se desaprovam, por exemplo, novamente se privam dos confortos destinados a apoiá-los. A carta do psiquiatra (*Dr. Beahrs*) representa apenas uma comunicação, mas muitos outros leem o material e utilizam-no — e não escrevem para ti, assim como não escreves para outros autores. E, novamente, um livro pode vender milhões de exemplares e ainda assim entrar por um ouvido mental e sair pelo outro — enquanto os nossos livros mudam literalmente vidas — e, nessa medida, o mundo — para melhor.

(É interessante o facto de que, nesta tarde, dia 9, recebemos a visita de Marian Merrill, com quem não falávamos há talvez um ano. Veio trazer-nos um bolo de pudim e um cartão de Natal de uma antiga colega de turma de Marian; Marian tinha visto a amiga no ano passado pela primeira vez em 15 anos. No cartão, a amiga pedia a Marian que nos dissesse que "os livros" mudaram a sua vida para melhor. Marian riu-se e disse que agora também ia ler os livros para ver o que tinha mudado tanto a amiga. Marian conhece a história de Seth. O pequeno episódio parecia ter claramente um toque das operações do Plano subjetivo*).*

Um homem que fabrica sapatos pode ver os seus clientes, mas não saberá por onde andam com os sapatos — e tu não podes saber as mudanças mentais e psíquicas para melhor que os livros estão a fazer nos pais e nos filhos. Quando nos desaprovamos, esses factores escapam-nos completamente — ou perdem-se entre outras preocupações.

Deves também lembrar-te do contexto maior em que vives. Quando o fizeres, poderás, de facto, ver o propósito geral da tua vida — mas não conseguirás fazê-lo até que te aproves a ti mesmo e reconheças que tu, como indivíduo, és único e fazes parte de toda a realidade.

Foi-te ensinado que muitas das tuas atitudes são inconscientes, o que te impede, muitas vezes, de montar uma imagem clara das tuas crenças conscientes. Mais uma vez, elas parecem invisíveis.

(9:48. Dá-nos um momento…)

Deves sempre lembrar-te de que o eu não é estático, mas uma forma viva de experiência. É melhor não dizer, por exemplo, "Sempre fui assim e assado", ou qualquer outra coisa semelhante — e ainda melhor não te identificares com nenhuma característica que desaprove. O teu propósito está naquilo que és, e quando não aprovas o que és, não consegues vê-lo claramente. Como disse, podes perder de vista a tua própria graça — mas não podes cair fora da graça.

Seria de grande ajuda para ambos, se, quando tiverem o sentimento de aprovação própria, se sentassem em silêncio e tentassem sentir os vossos propósitos. Pensa, no entanto, no sentimento, pois essa é a tua melhor pista e trará algumas respostas.

Pintar quadros ou escrever livros é apenas a camada superior do propósito de uma vida, pois as pinturas ou os livros contêm o propósito — mas não são o propósito em si. O significado está nas pinturas, mas as pinturas não são o significado.

Tenho uma sugestão: fala mentalmente com o que chamarei de "o eu criativo básico" — e lembra-te, estes são termos. Esse "eu" é uma parte do teu ser que cria todas as características e que, portanto, pode ajudar a unificá-las. É também o eu do Plano subjetivo, mas a palavra "criativo" é mais potente para vocês usarem. Ele sabe da vossa bondade inata.

Estas são manipulações psicológicas — mas manipulações que funcionam. Também deves perceber que preciso lidar contigo como pensas que és — ou seja, com ambos e com o mundo em geral. Na minha perspetiva mais ampla, vejo as vossas vidas — muitas delas — e o surgimento de padrões gerais de conquistas e desafios, e espero que avancem para as vossas próprias visões de tais realidades — pelo menos em sonhos, pois eles vos sustentarão.

(Uma observação: o material fez-me lembrar os comentários na 371.ª sessão eliminada, de 11 de Outubro de 1967. Li-a ontem à noite; Seth respondeu às minhas perguntas sobre o que ele vê quando olha para mim, tanto como ele mesmo quanto pelos olhos de Jane. Muito interessante e material que nós dois tínhamos esquecido há muitos anos).

Ruburt está próximo de um avanço, mas isso é tudo o que direi a esse respeito. Indiretamente, respondi a várias das tuas perguntas. Tens alguma queiras fazer-me agora?

("Por que ele esperou tanto tempo para retomar o trabalho em Realidade de Massas?")

A resposta para isso é simples. Vocês os dois insistem em aplicar conceitos bastante intelectuais ao trabalho criativo e ignoram os ritmos naturais de Ruburt. Ele trabalha em grandes explosões de atividade, mas, em vez de entender isso e confiar nos períodos de silêncio e no eu criativo, ele revolta-se. O eu criativo é brincalhão e espontâneo. Segue os seus ritmos naturais. O medo de não produzir, contudo, pode inibir a sua produtividade e desgastá-lo com preocupações.

Sugiro que todos os dias ele escreva o que lhe vier à mente durante algum tempo, pois o próximo livro dele está aqui, tão seguramente quanto os anteriores.

Fim da sessão.

Faz uma nova lista de perguntas para a próxima sessão, se quiseres, e eu responderei à minha maneira. Uma boa noite, com carinho.

("Ok. Obrigado.")

(22h40min. A própria Jane teve tempo suficiente para comentar sobre a brevidade da sessão quando Seth voltou:)

P.S.: Nas antigas sessões arquivadas, também há material onde enfatizei a importância de fazer amor. A vossa experiência de ontem à noite fez-me lembrar disso.

No ato sexual, quando se esquecem de si mesmos até certo ponto, a espontaneidade também é despertada — e os processos de cura são ativados pelo toque das mãos e pelas carícias. É o mais terapêutico de todos os casos. Ele tranquiliza ambos quanto ao valor básico do eu. Aumenta todas as funções de cura e, apesar das histórias da igreja que dizem o contrário, regenera e inspira as habilidades criativas.

Fim da sessão.

(Levantei a mão antes que Seth pudesse escapar. "E quanto ao sonho dele na noite passada? Ele lembrou-se o suficiente para interpretá-lo corretamente?")

Ruburt fez um excelente trabalho com isso — e o sonho também mostra que o chamado material inconsciente virá à tona da mente quando

for solicitado. Essas crenças, contudo, não eram de facto inconscientes. A interpretação estava correta.

("Ele está a tentar lembrar-se da identidade de um certo indivíduo no sonho, mas não consegue.")

Acredito que tenha sido Richard Wolinsky. Sigam as minhas sugestões.

("Ok. Boa noite." — 22h11min)

SESSÃO APAGADA

10 DE JANEIRO DE 1979

("Casa, sexo, poder, tu e a entrada da garagem, febre dos fenos, os eus impulsivos de que falávamos hoje à noite" — todas estas palavras foram ditadas pela Jane abruptamente enquanto esperávamos o início da sessão. Eu estava a comentar sobre o telefonema que ela fez hoje à noite a um psiquiatra, Dr. Beahrs, que lhe escreveu recentemente do Estado de Washington, e sobre o facto de ele ter informado que outro médico de lá também está a usar as ideias do material de Seth com os seus pacientes.

(Falei sobre o médico que relatou que os livros da Jane eram mantidos na secção de ocultismo da livraria, fazendo com que ela perdesse leitores; usei o incidente como exemplo de como ideias estereotipadas podem limitar algo que se torna mais conhecido — saindo do seu campo especializado para alcançar um público muito mais amplo, como acho que o trabalho de Jane merece. Usei a atividade política como exemplo de um campo que atinge muitas pessoas. No entanto, acrescentei que o facto de duas pessoas da área médica terem descoberto Seth era, de certa forma, um sinal de que o material tinha conseguido pelo menos algum tipo de movimento transcendente.

(Então, na correspondência de hoje, Jane recebeu uma carta de outro médico, bem como de um professor de matemática — também sinais de que o material de Seth era capaz de ter um apelo mais vasto. Disse que devíamos ser gratos por esses sinais e que podem ser mais disseminados do que imaginamos. Em seguida, Jane ditou as palavras acima, dizendo que Seth provavelmente falaria delas nesta sessão.

(Esta tarde, aliás, ela perdeu o dente solto que tinha sido encaminhado recentemente. Isso aconteceu logo após a visita de Frank

Longwell, à hora de almoço, durante a qual discutimos um novo arranjo para o fogão/área de cozinha. Isso seria um sinal da mudança espontânea que Seth mencionou numa sessão posterior. Então, no dia seguinte à realização desta sessão, Frank regressou ao meio-dia com literatura sobre as unidades de fogão disponíveis, preços, etc., de modo que a discussão prosseguiu).

Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Ora bem: Já apresentei parte — não tudo — desse material anteriormente, mas agora podes aproveitar melhor o entendimento. O *"eu excessivamente consciente"* de Ruburt foi de facto construído em resposta à sua crença de que era, no início, excessivamente entusiasmado, excessivamente impulsivo, excessivamente espontâneo.

Ele era naturalmente expressivo e aberto com as pessoas. Era criativamente talentoso — mas uma criança excessivamente impulsiva não cuida de uma mãe inválida, conscientemente, durante 21 anos.

Ele não fugiu. Não se envolveu em nenhuma dificuldade séria. A escrita consistente de poesia durante esses anos mostra o seu próprio tipo de disciplina — mas as pessoas não estão acostumadas a explosões de criatividade. Não estavam acostumadas com as perceções muito rápidas de Ruburt.

Ele considerava-se excessivamente impulsivo. Muito raramente gritava com a mãe. Uma criança impulsiva poderia ter feito muito mais. Ele absteve-se de encontros sexuais intensos — certamente não era o comportamento de uma pessoa sexualmente impulsiva. Ele sabia que não queria ter uma família.

Aqui vemos um propósito, uma forte intenção e, apesar dos altos e baixos com o humor e as andanças juvenis, o mesmo propósito de escrever, de se expressar, de observar e de se destacar da corrente principal da vida americana.

Tu não te consideravas impulsiva, mas foste tu quem escreveu *"Make me a galaxy, Jane"*, assumiste o namoro com Ruburt depois de um breve conhecimento e o levaste para casa para a tua família assustada. Foste tu quem sugeriste o livro ESP, e decidiste cedo não fazer parte da corrente principal da vida americana. Não tinhas um forte desejo de ter uma família. Também evitaste relacionamentos sexuais pesados. Vocês dois, antes de se conhecerem, sabiam que queriam estudar e observar a partir dos vossos

próprios pontos de vista. Achavam que uma vida familiar os levaria automaticamente a um tipo de vida que não permitiria esse luxo.

Ao mesmo tempo, ambos temiam, até certo ponto, o que consideravam ser o poder do sexo. Mais uma vez, as crenças freudianas que povoavam os livros e os filmes levaram-nos, cada um à sua maneira, a temer que as suas energias pudessem ser *"engolidas"* pela sexualidade — que, de certa forma, tinham muita energia e que a maior parte dela deveria ser destinada ao trabalho criativo.

Mais do que isso, os conceitos freudianos diziam mais ou menos que cada pessoa, independentemente da sua individualidade, era movida por energias sexuais de grande força. Nesse sistema, não havia espaço, literalmente, para diferenças individuais — mas uma norma estabelecida para que te comportasses assim ou assado.

Agora: se não expressasses a tua sexualidade por meio da experiência sexual, conforme prescrito, estarias em apuros. E assim foi a história. Viram-se casados. Ruburt como mulher, com essas crenças em segundo plano, determinado a não trair a escritora Jane ou o artista Robert — através da gravidez ou de muitas exigências sexuais. Ruburt, aliás, teve um aborto natural porque a mensagem já estava no corpo — e todas as suas preocupações e inquietações eram desnecessárias.

Há corpos, nesses termos, que não querem ter descendência física. Eles não são defeituosos. Encaixam-se nos planos da natureza e nos planos psicológicos das personalidades envolvidas. Nessa época, estavas bastante reprimida, com medo do teu próprio trabalho, e, às vezes, ignoravas as investidas sexuais ocasionais de Ruburt quando estavas no teu estúdio. Ele achava que era muito espontâneo, novamente, demasiado impulsivo — mas, nesse sistema de crenças, preocupava-se se as necessidades sexuais dele não poderiam ser esmagadas adequadamente, supondo que outra pessoa as despertasse e ele *"se apaixonasse"* por outra pessoa tão rapidamente quanto se apaixonou por ti. Ou pior: supõe que a sua sexualidade reprimida tivesse sido reprimida por causa do vosso trabalho conjunto — e supõe que tu te apaixonasses por outra pessoa e ficasses sexualmente excitada por outra?

Posso dizer com segurança que essas ideias nunca me ocorreram.

(9:50) Toda a premissa é altamente falha, pois a espécie lida com a realização de valores e qualidade — como todas as formas de vida — e não com a mera reprodução física. Os aspetos sexuais de homens e mulheres

não existem separadamente das suas formações psicológicas individuais, mas conectados a todas as outras características individuais únicas.

Agora, dá-nos um momento... Naquela época, essas crenças ajudaram a gerar mais conservadorismo por parte de Ruburt. Em certos termos, a atividade física — os desportos — intrigava-o. Eram atividades masculinas altamente aceitáveis. Eram a corrente principal dos Estados Unidos. Permitiram-lhe participar com outras pessoas, comunicar-se com elas a um nível, enquanto em outros níveis preferia a solidão, a pintura e a escrita — e sempre observava.

A febre dos fenos começou cedo, com o exemplo dado pelo teu pai, e tu usaste-a para moderar as tuas atividades em termos de desporto em particular, porque as tuas intenções em geral não queriam que fosses nessa direção. No entanto, mantiveste essas habilidades físicas — o gosto pelos desportos — na escola, com a ideia de que poderias recorrer a elas se necessário. Mas terias considerado isso um fracasso parcial. A tua professora de arte do ensino médio, a Srta. Bowman, emprestou-te o dinheiro para estudares arte em Nova Iorque.

As histórias em quadrinhos apresentavam o que chamarei de um tipo de arte de superfície e, de certa forma, também apresentavam caricaturas da realidade social. No entanto, também estavam envolvidos os sonhos populares, como, por exemplo, com o Capitão Marvel. Enquanto trabalhava e se divertia inocentemente, começaste também, meio inconscientemente, a questionar ainda mais a natureza — não necessariamente da sociedade, mas das vidas individuais que encontravas nela. Os impulsos profundos da tua personalidade começaram a manifestar-se.

Incidentes bastante simples, como limpar a entrada da garagem, podem incomodar-te porque despertam antigos conflitos relacionados à tua situação anterior e à decisão de, por exemplo, explorar as tuas habilidades mentais e criativas em vez de buscares as físicas na excelência dos desportos.

A excelência nos desportos, no entanto, também envolvia o que era aceite. Já naquela altura, os desportos eram admirados. As recompensas eram instantâneas pelo bom desempenho. No entanto, isso envolve novamente o pensamento em preto e branco, pois pensavas em *"desempenho perfeito"* nos desportos — alta excelência. Algo como a entrada de automóveis geralmente envolve um dilema interno: *"Devo fazer trabalho criativo ou atividade física?"* em termos bastante absolutos.

A entrada da garagem envolve a situação desportiva e também o tema principal — América — pois não deverias estar a limpar a calçada como o teu vizinho? Isso envolve perguntas como: *"Qual é a diferença entre mim e o meu vizinho? O que ele pensa de mim, trabalhando em casa?"*, etc.

Dá-nos um momento... A questão é obviamente obscurecida pelas questões atuais, de modo que diferentes detalhes em um dia podem contribuir ou servir como gatilhos.

Quando vocês não aprovam a si próprios, não aprovam o vosso próprio poder e, portanto, fingem que não têm nenhum. Muitas vezes, a palavra *"poder"* tem implicações más: *"o poder corrompe"*, por exemplo. Muitas vezes, vocês dois fingem que não têm poder na sociedade — e isso não é verdade.

Dê-nos um momento... Por não se verem com clareza, não conseguem ver ou julgar a diferença na qualidade dos vossos pensamentos desde o início da vida adulta, por exemplo, ou perceber o que aprenderam. Mas todas as vossas dificuldades são baseadas, de uma forma ou de outra, na rejeição pessoal que não foi questionada.

Não há nada de errado, é claro, em ter a tua entrada de garagem arada porque tens outras coisas para fazer. Isso é uma escolha simples, excelente.

Dê-nos um momento... Quando sentes que precisas e deves limpar a entrada da garagem para provar que és igual ao teu vizinho ou para provar que és fisicamente ágil e, por outro lado, sentes que não queres limpar a entrada da garagem, então estás num dilema — e quando araste, disseste ao teu corpo para arar e não arar ao mesmo tempo, pondo os teus músculos uns contra os outros.

Os impostos ou qualquer outra coisa podem servir como gatilho, mas o ponto básico é que não aprovas o que estás a fazer. Se limpas a calçada, achas que deverias estar a trabalhar — e vice-versa, por vezes. Esta sessão deve ajudar-te nesse ponto.

Dê-nos um momento... Em todos os casos, há exageros envolvidos. Se trabalhas com a pá, não vais decidir de repente dedicar-te a uma vida de tarefas físicas e atividades *"sem sentido"* e ignorar o teu trabalho criativo. Não és esse tipo de pessoa. Se pintas ou escreves com regularidade, isso não significa que deixarás de lado todas as tarefas. Não és esse tipo de pessoa.

Se Ruburt sair, não se transformará de repente numa personalidade da televisão e ignorará o seu trabalho interno. Ele não é esse tipo de pessoa. A

má compreensão das vossas próprias habilidades e características é responsável por essas conclusões infelizes. Mais uma vez, as resoluções de Ano Novo, realmente compreendidas, podem ajudar-vos, pois dissolverão esses pensamentos.

Tens alguma dúvida?

(*"Bem, acho que estamos a progredir. Lemos as resoluções várias vezes ao dia."*)

Fizeste progressos.

(*"A Jane continua a melhorar."*)

De facto. A sessão também deve ajudar nesse aspeto.

(*"Ok."*)

Desejo-vos uma boa noite, com carinho e sinceridade.

(*"Muito obrigado."*)

(A Jane queria saber se Seth havia abordado todos os tópicos que ela havia listado antes da sessão — então percebeu que ele havia deixado passar apenas um: Casa. "Mas não consigo entender agora", disse ela. *"Ele foi-se... Mas senti que conseguimos um monte de coisas. Não posso acreditar; quer dizer que só fiquei fora por uma hora?"*)

(*Esta tarde, a propósito, tomei providências para que a nossa entrada de automóveis fosse arada. Agora está limpa. Será também arada pelo serviço operador da estação que cuida do nosso carro; sempre que a neve acumular cerca de cinco centímetros, a limpeza será feita automaticamente.*)

(*Eu, por exemplo, acho que a sessão foi muito benéfica. Tenho-me sentido um pouco melhor. Os insights de Seth nesta sessão levam adiante várias dicas e pistas que descobri usando o pêndulo em momentos diferentes — de uma forma não muito eficiente, admito, considerando o quanto a situação tem incomodado.*)

(*Tenho a impressão de que as resoluções de Ano Novo de Seth talvez sejam o material mais potente que poderíamos obter, desde que as tenhamos em mente com o passar do tempo. Tenho uma cópia delas na parede do estúdio. Jane também tem, na sua área de trabalho.*)

SESSÃO 831 (PARTE APAGADA)

1 de Janeiro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 831ª sessão.)

Ruburt não terá dificuldade com os dentes (na quarta-feira). O corpo dele está a libertar-se enormemente nas zonas da cabeça e do pescoço, e está a usar o simbolismo dos dentes para se livrar de vários problemas importantes. Diz-lhe para esquecer a publicação por agora, pois ele preocupa-se em excesso. O seu eu criativo sabe que quer publicar outro livro e providenciará facilmente os meios quando lhe for dada alguma liberdade e não lhe for dito o que deve fazer. Que escreva simplesmente o que lhe vier à mente. Experimente a biblioteca de forma lúdica – ou até pintar. Fisicamente, está de facto a fazer progressos, e a atividade do Plano subjetivo está a ajudar, e ainda ajudará mais. Ajuda a incentivá-lo a ter uma atitude mais lúdica. Tu mesmo já estás a recolher material, mas isso será uma surpresa para ti. Fim da sessão e, a partir de agora, teremos ditados regulares de livros e também informações pessoais.

(*"Muito obrigado, Seth."*)

Uma boa noite carinhosa.

(*"Boa noite."*)

(*22h34. "Estou tão insegura de mim mesma que deve ser terrível", disse Jane. "Estou muito feliz por ele estar de volta ao livro. Fico a perguntar-me: 'Será que está bom; será que está bom? Estou com aquele sentimento doentio novamente... Não olhes para mim assim."*)

(*Algumas observações: Esta sessão foi realizada na segunda-feira, 15 de Janeiro de 1979. Na quarta-feira, Jane teve vários dentes inferiores extraídos em casa por Paul O'Neill. Não houve problemas. Na quarta-feira seguinte, 24 de Janeiro, extraiu os dois últimos dentes – novamente, sem problemas no momento em que digito este texto, a 25 de Janeiro.*)

SESSÃO 832 (PARTE APAGADA)

29 de Janeiro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 832ª sessão.)

Ruburt tem reagido muito bem às novas crenças, às caminhadas e aos exercícios. As resoluções (dadas na sessão eliminada de 1 de Janeiro de 1979) têm ajudado. A primeira mudança muito importante está a ocorrer, pois ele progrediu a um ponto em que as posições dos joelhos se alteraram. Eles estão a soltar-se. Os ligamentos estão a mover-se muito mais do que, digamos, há duas semanas, quando o processo começou. Ele sentiu isso hoje em determinadas posições, mas este período está quase a terminar, por causa do desconforto. O meu prognóstico é excelente, então queria que soubesses disso. E sete será facilmente realizado. E desejo-vos uma boa noite.

(*"Obrigado, Seth."*)

(*É verdade que os joelhos de Jane têm mudado bastante ultimamente. Algumas dessas mudanças resultaram em momentos muito dolorosos para ela, como hoje; noutros momentos, ela safa-se bem. Hoje foi uma das poucas vezes em que não conseguiu caminhar desde que começou a fazer exercício.*

Adicionado no dia seguinte, enquanto digito estas notas: O desconforto voltou às vezes, mas não tanto como ontem. Tem o efeito infeliz, é claro, de fazer com que Jane hesite em tentar pôr-se de pé sempre, seja para mudar de cadeira, ir à casa de banho ou outra coisa qualquer – um efeito que ela se esforça por contrariar sempre. Normalmente, consegue mover-se suficientemente bem sem grande desconforto. Mas relata que não há dúvida de que os joelhos estão mais flexíveis – e mais barulhentos – do que antes.

A referência de Seth diz respeito a um novo livro do Oversoul Seven que Jane acabou de começar. Ironicamente, os primeiros episódios giram em torno de um dentista, e esses episódios originaram-se das suas próprias experiências recentes com extrações, conforme apresentado nas sessões eliminadas anteriormente. Paul O'Neill já lhe emprestou dois livros sobre a história da odontologia.)

SESSÃO 833 (PARTE APAGADA)

31 de Janeiro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 833ª sessão.)

Fim do ditado. Algumas observações. Ruburt está a ir bem. Toda a área, desde o lado direito até à pélvis e ao pé direito, está em processo de libertação. E o desconforto dele será apenas uma recordação em poucos dias. Não sei como explicar isto – mas há ligações com diferentes partes do corpo que não são físicas nos vossos termos: correspondências. Ruburt sente algumas delas. As têmporas são importantes, e o relaxamento nelas ajudou a desencadear a libertação dos joelhos. O teu material é excelente e válido. Continuaremos o capítulo na nossa próxima sessão. Tens perguntas?

(*"Bem, ia ler à Jane a página que escrevi antes do início da sessão, mas posso fazer isso da próxima vez."*)

Foi isso que quis dizer quando afirmei que o material era válido. Posso discutir isso na próxima sessão.

(*"Ok, Seth. Obrigado."*)

Então desejo-te uma boa noite.

(*22h15. Jane ficou mais do que um pouco surpreendida com o rápido término da sessão. "Nossa, senti que havia resmas de material – apenas resmas", exclamou. "Também senti que estava a entrar na questão da Guiana, sem a mencionar pelo nome. Pelo menos, achei que estava." (Consulta a 833ª sessão para veres as ligações adequadas com parte do material de Seth aqui. As referências dele à validade do meu próprio material diziam respeito às minhas perceções de que muitas das cabeças que pinto representam as minhas próprias buscas psíquicas, ou esforços para obter entendimento das dimensões da psique através da reencarnação e das representações de contrapartes dessas várias personalidades.*)

SESSÃO 832 (PARTE APAGADA)

29 de janeiro de 1979

(O material seguinte é da sessão nº 832.
(22:35.) O Ruburt tem respondido lindamente a novas crenças — e às suas caminhadas e exercícios. As resoluções *(dadas na sessão APAGADA de 1 de janeiro de 1979)* ajudaram. A primeira mudança muito importante tem estado a ocorrer: ele progrediu até ao ponto em que as posições dos joelhos se alteraram. Estão a soltar-se. Os ligamentos estão a mover-se muito mais do que, digamos, há duas semanas, quando o processo começou.

Ele sentiu isso hoje em certas posições, mas esse período de desconforto está praticamente a terminar.

O meu prognóstico é excelente, e queria que soubessem disso. E o *Seven* será facilmente concluído. E despeço-me de ambos com uma afetuosa boa noite.

("Obrigado, Seth."

(22:38.) É verdade: os joelhos da Jane têm mudado bastante ultimamente. Algumas das mudanças resultaram em momentos muito dolorosos para ela, como hoje; noutras vezes ela sai-se bem. Hoje é uma das poucas vezes em que falhou a caminhada desde que começou os exercícios.

(Acrescentado no dia seguinte, enquanto datilografo estas notas: O desconforto voltou por vezes, mas não tanto quanto ontem. Tem o efeito infeliz, claro, de fazer a Jane hesitar cada vez que tenta pôr-se de pé — seja para mudar de cadeira, ir à casa de banho, ou o que for — um efeito que ela tenta arduamente contrariar de cada vez. Normalmente, consegue mover-se suficientemente bem sem grande desconforto. Mas relata que não há dúvida de que os joelhos estão mais flexíveis — e mais ruidosos do que antes.

(A referência do Seth a — diz respeito a um novo Oversoul Seven que a Jane acabou de começar. Ironicamente, os primeiros episódios giram em torno de um dentista, e brotaram das suas próprias experiências recentes com extrações, como indicado nas sessões apagadas imediatamente anteriores. O Paul O'Neill já lhe emprestou dois livros sobre a história da medicina dentária…)

SESSÃO 834 (PARTE APAGADA)

Fevereiro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 834ª sessão.)

Agora: grande parte do problema de Ruburt estava centrado na tensão da mandíbula. As crenças, como sabes, eram a causa da tensão. Ele aproveitou a ocasião de perder completamente os dentes inferiores para iniciar uma libertação geral da tensão. Isso foi possível através de mudanças nas crenças – as resoluções (dadas por mim em 1 de Janeiro de 1979) – e na sua própria intenção. Os músculos das pernas traseiras estão consideravelmente mais libertos em relação ao que eram, digamos, há um mês. Isso está a permitir a libertação dos músculos da perna da frente. A libertação adicional dos tendões e a maior mobilidade do joelho estão a ocorrer e, apenas a começar, algumas partes do tornozelo direito.

Em determinadas posições, essas áreas doem quando o peso dele está sobre elas de uma certa maneira. Isso assustava-o. Mas ele tem lidado bem com isso. E pode fazer muito melhor. O principal é lembrar-se da boa intenção do corpo e da sua capacidade de seguir em frente, pois o medo, obviamente, aumenta a tensão nos músculos. No entanto, as pernas estão a estender-se mais e, por vezes, quando ele vai à casa de banho, isso é bastante evidente. Pede-lhe que tente caminhar até ao sofá, como ontem, para começar, mas estas mudanças significam definitivamente que as alterações importantes nos joelhos estão a acontecer.

(*Faz o teu intervalo.*)

SESSÃO 835 (PARTE APAGADA)

7 de Fevereiro de 1979

(O material excluído de Seth nesta noite é muito breve, mas é apresentado separadamente para que as anotações seguintes possam ser integradas no nosso material particular.)

(*"Vou dizer-te uma coisa", disse a Jane quando nos sentámos para a sessão às 20h55. "Quero fazer uma sessão, mas desde a hora do jantar tenho sentido a melhor sensação de cura e relaxamento – especialmente nas minhas pernas. As coisas estão realmente a mudar... Estas sensações são mais fortes do que qualquer outra coisa que já senti. Também as notei na casa de banho esta noite. Por isso, estou a dizer-te isto já, só para o*

caso de eu ter um colapso ou algo assim. Mas quero ter uma sessão de livro.")

(*Ela voltou a andar um pouco ontem e hoje, com mais conforto do que antes, desde que as alterações nas pernas se tornaram mais evidentes recentemente, e sente-se melhor com isso. Esta tarde, observei-a fazer alguns dos seus exercícios na cama e notei uma melhoria notável em muitos dos seus movimentos, especialmente aqueles que envolvem os joelhos – um sinal muito promissor.*)

(*Então, às 21h04, Jane descobriu uma súbita liberdade nos movimentos corporais: conseguiu esticar o braço esquerdo sobre o peito, em direção ao lado direito, ao mesmo tempo que se virava para a direita a partir das ancas – um movimento que eu não a via fazer há anos...*)

(*Estava a nevar há várias horas no momento em que a sessão foi marcada. A queda era muito fina e leve, e já se tinham acumulado vários centímetros. Consegui limpar a entrada da garagem duas vezes, sem reações – um grande alívio. Reli o material sobre mim mesmo na sessão excluída de 10 de Janeiro e planeio continuar a fazê-lo.*)

(*"Acho que vou ficar bem..." disse Jane pouco antes do início da sessão, "mas não sei quanto tempo vai demorar."*)

O Ruburt está finalmente a aprender a confiar na natureza do seu ser – o eu que é. O corpo dele voltará a andar normalmente e os olhos ficarão claros. Fim da sessão.

(*Com uma gargalhada: "Ok."*)

SESSÃO 836 (PARTE APAGADA)

26 de Fevereiro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 836ª sessão.)

Parte do material (nesta sessão) sobre a dor deve ajudar a clarificar a mente de Ruburt, mas os períodos azuis da semana passada e afins representaram apenas mais um exemplo de uma situação em que ele tentou melhorar "percebendo a gravidade da sua condição" – contrastando o seu desempenho com o desempenho "normal" e com as velhas crenças de não confiar no corpo. Isso gera automaticamente sentimentos de desesperança. No entanto, a sua comunicação está muito melhor. Podes ajudar mais lembrando-lhe as nossas resoluções quando, por exemplo, ele se sentir triste – pois quando ele se lembra delas, não precisa que lhas lembrem

(com diversão) – e simplesmente assegurando-lhe que o corpo dele tem boas intenções e é capaz de cumpri-las. Sempre que puderes, então, tranquiliza-o com simpatia moderada. As pernas e as coxas dele estão a soltar-se. Ele deve esquecer qualquer comportamento do passado e começar do presente, para que as melhorias sejam reconhecidas e não se percam na insatisfação.

(*Aproximadamente 21h51. A partir daí, Seth voltou à sessão regular, dando boa noite às 21h54.*)

SESSÃO 838 (PARTE APAGADA)

Março de 1979

(O material a seguir foi extraído da 838ª sessão.)

Não se esqueçam das resoluções, nenhum de vós, e para Ruburt o ponto de força. Confia no corpo, pois ele está a melhorar, e as sensações nas pernas são causadas por maior atividade e circulação. Quando estiveres livre das tuas galés (para *Psyche*), incentiva mais caminhadas.

SESSÃO 840 (PARTE APAGADA)

12 de Março de 1979

(O material a seguir foi extraído da 840ª sessão.)

Ruburt está a ir bem. Uma pequena observação: com mais atividade física, deixa-o falar contigo sempre que sentir conflitos entre a escrita e a atividade física – e falarei sobre isso na próxima vez.

(*"Ok. Boa noite."*)

SESSÃO 841 (PARTE APAGADA)

14 de Março de 1979

(O material a seguir foi extraído da 841ª sessão.)

Agora, vamos dar uma breve vista de olhos ao pai de Ruburt. Na verdade, ele esteve perto da morte. Tinha uma doença cardíaca grave. O seu sistema circulatório estava afetado e ele tinha dificuldades respiratórias. Tinha 78 anos. Até então, acreditava que os seus pensamentos não tinham efeito sobre o corpo. Acreditava que não conseguiria recuperar-se. Então, os seus próprios recursos internos vieram em seu auxílio. Pela primeira vez

na vida, decidiu confiar no corpo e na mente. Quase de um dia para o outro, relativamente falando, o seu coração regenerou-se e, dois anos depois, correu a maratona de 26 milhas. Há o outro lado do quadro, pois os novos pensamentos regeneraram fisicamente o corpo, ou permitiram-lhe regenerar-se. De um dia para o outro – praticamente.

Conseguiu mudar completamente a imagem que tinha de si próprio – e todas as evidências físicas que antes confirmavam a sua condição desapareceram. O peso social das crenças de outras pessoas sobre ele e sobre a sua morte iminente dissolveu-se. Ruburt está a usar bem essas informações, e tu tens sido excelente na tua resposta e incentivo – e isso, claro, não é coincidência.

Os ideias que alimentavas acerca dele, de certa forma, também mudaram e, telepaticamente, ele apercebeu-se dessa mudança. O idoso poderia ter-se curado sozinho, independentemente da dificuldade física. O idoso mudou as probabilidades, vê bem, passando para outra, e os seus padrões de pensamento lidam com probabilidades o tempo todo, a um nível, tal como as suas *c-e-l-u-l-a-s* (soletradas) o fazem a outro – então talvez isso te ajude a ver mais claramente as ligações entre saúde e doença e as direções que os teus pensamentos tomam. Todas as probabilidades existem primeiro na imaginação.

SESSÃO APAGADA

26 de Março de 1979

(*Esta tarde, Jane fez os seus exercícios na cama, como de costume. Depois de relaxar para a sesta, pediu uma mensagem do seu eu interior criativo e espontâneo, a parte que mantém o corpo vivo e dá significado e inspiração à sua vida. Depois adormeceu. Mais tarde, enquanto jantava, apercebeu-se de repente de que tinha tido uma experiência, afinal, que "algo aconteceu enquanto eu dormia e eu estava encantada com isso enquanto dormia". No entanto, não conseguia lembrar-se de nenhum detalhe. Sugeri que Seth falasse sobre a experiência esta noite.*)

(*Hoje, Jane ficou muito aborrecida porque o seu controlo do tempo parecia tão defeituoso que não estava a conseguir fazer tudo o que queria durante o dia – escrever, fazer exercícios, receber uma visita, usar o telefone – o que quer que fosse. Eu tive a mesma sensação hoje, pois só consegui "trabalhar" na pintura durante duas horas esta manhã. O resto*

do tempo foi dedicado a tarefas domésticas, aparentemente, e ambos sentimos que o dia passou sem darmos por isso.)

(*Antes da sessão, Jane mostrou-me o documento que escreveu esta tarde sobre a direção que achava que Seth estaria a tomar em Realidade de Massa. Planeei anexá-lo à sessão desta noite, mas não o fiz por ser material pessoal. Pode ser adicionado na próxima sessão, possivelmente na 844ª.*)

Ora bem.

(*"Boa noite, Seth."*)

Boa noite.

(*Pausa*.)

Tempo. É preciso muito tempo físico para realizar um determinado número de atividades físicas. O próprio ato físico de escrever leva tempo. Basicamente, porém, os atos criativos, os atos de insight, intuição, revelação, não consomem tempo da mesma forma. Normalmente surgem de repente. O insight de um momento, por exemplo – um momento –, pode levar-te num piscar de olhos onde o teu intelecto sozinho não conseguiria ir em anos. Podes passar anos, possivelmente, a discutir minuciosamente todas as ramificações desse insight, mas a criação original vem da Plano subjetivo, no seu tempo. Tomando como certo, novamente, que existem limitações físicas de tempo. No entanto, quando te preocupas excessivamente com a aparente escassez ou falta de tempo, quase sempre é porque voltaste às ideias convencionais: tens apenas alguns momentos num dia. Mas a versão convencional diz, na verdade, que esses momentos são superficiais; que, digamos, corres de um para outro, como se o tempo fosse uma passadeira rolante, com o momento passado a desaparecer para sempre.

Parece que outras pessoas podem roubar-te o tempo, impedir o teu uso da criatividade, quando, claro – literalmente, agora – isso é totalmente impossível. Ninguém pode roubar-te o tempo ou, em qualquer momento, impedir-te de usar a tua criatividade. A crença, no entanto, pode certamente fazer com que isso pareça verdade.

Em primeiro lugar, é claro, as tuas intuições estão sempre ativas. As horas regulares de trabalho podem dar-te a estrutura de tempo necessária para que essas ideias apareçam, mas as ideias em si e os insights surgem muitas vezes especialmente quando não estás a pensar no trabalho. Quando estás a fazer qualquer outra coisa, os encontros com outras pessoas, que

muitas vezes parecem distrações, são na verdade trampolins para insights que, de outra forma, talvez não tivesses.

Não estou a dizer que não devas ter um horário de trabalho regular. Estou a dizer que deves mudar as tuas crenças sobre a natureza do tempo e da criatividade – e para Ruburt também, tempo, criatividade, responsabilidade e trabalho. (*Pausa*.) Se te tornares mais consciente destas questões, o tempo que tens, todo ele, parecerá literalmente expandir-se. Ruburt, em determinado momento, está frequentemente a refletir e a organizar mentalmente o seu tempo. Está a imaginar como fará isto e aquilo daqui a uma hora ou duas – assim, encurta o momento, pois ele torna-se muito menos completo do que poderia ser para ele.

Cada momento físico está literalmente cheio até ao limite com a vitalidade incessante da Plano subjetivo. Independentemente do que estejas a fazer em qualquer momento, as capacidades criativas estão sempre ativas e aproveitam as circunstâncias mais mundanas, bem como as mais profundas, tentando trazer à superfície da consciência as maiores dimensões de perceção que são possíveis.

Ruburt voltou a pensar demasiado em termos de responsabilidade e trabalho. Essa atitude transforma projetos amados em atividades que "devem" ser realizadas à superfície dos momentos. Ele começou *Seven*, e por isso deve ser terminado (*sublinhado*), porque, embora adore o livro, começou a pensar nele como "trabalho". Assim, a poesia ultimamente, mais uma vez, não se encaixa, pois sente que precisa ter um certo número de páginas para mostrar "que usou o tempo adequadamente".

Não há maneira de usar o tempo adequadamente. Usar o tempo adequadamente não é a forma de usá-lo (*atentamente*). Deixada sozinha, a tua criatividade conhece os seus próprios ritmos e bebe das fontes da Plano subjetivo ao seu próprio e delicioso lazer. Esse lazer delicioso, essa "vadiagem da alma", do Whitman de Ruburt – o poeta – é o que acaba por produzir o tipo de grandes "obras" criativas que Ruburt procura.

O que digo aqui, mais uma vez, nada tem a ver com o facto de teres horas regulares de trabalho, mas seria muito melhor escolher outra palavra que não "trabalho". As tuas horas intuitivas, talvez, ou as tuas horas criativas – melhor ainda – pois é nesse tipo de atmosfera que surgirão as maiores obras. O Plano subjetivo e a tua criatividade tiram partido do teu tempo – e surgirão dentro dele. Mas operam de acordo com processos de associação, e esses processos entram e saem do tempo constantemente.

(*Divertido:*) Muitas vezes interrompo o ditado dos livros em determinados momentos para ajudar a aliviar Ruburt de sentimentos de responsabilidade, quando ele acha que deveria ter sessões de livros por causa do "trabalho responsável" envolvido. A poesia, a pintura e os corpos estranhos fazem parte do seu "trabalho" tanto quanto qualquer outra coisa que faça. Até certo ponto, tudo isto se aplica a ti também.

Agora: o corpo de Ruburt está a responder muito mais do que qualquer um de vocês percebe atualmente, e isso deve-se ao facto de, nesse aspeto, as crenças de Ruburt estarem a mudar a um ritmo acelerado. Aqui, as ideias de responsabilidade também têm alguma aplicação. Ele não tem a responsabilidade de ficar constantemente sentado à mesa, como se as ideias criativas só o pudessem encontrar ali. Isso não significa, mais uma vez, que haja algo de errado em ele ficar sentado à mesa cinco horas seguidas, se quiser, mas que deve relaxar as suas crenças sobre trabalho e responsabilidade.

Ele não se lembrou da mensagem desta tarde. A razão pela qual não se lembrou é também a razão pela qual as pessoas geralmente não se lembram de certos sonhos. A verdadeira comunicação não é verbal. Não é, digamos, uma simples declaração, mas envolve realizações e perceções de importância vital que são dadas propositadamente de tal forma que serão gradualmente filtradas para a consciência, porque a consciência, tal como é, não conseguiria interpretar os significados em termos usuais. Não é uma boa analogia, mas é como se recebesses uma comunicação importante, digamos, três parágrafos de grande importância, com todas as letras individuais a aparecer, mas não nas sequências apropriadas, e gradualmente as letras flutuariam juntas para formar as palavras certas, e depois as palavras flutuariam juntas para formar as frases certas, e assim por diante.

Neste caso, no entanto, partes mais profundas da personalidade compreendem a mensagem e, depois, ela ascenderá, à sua maneira, à consciência habitual. O que disse aqui esta noite também contém material que ajudará a condição física de Ruburt.

Dá-nos um momento... Agora: A Pocket Books não sabia o que fazer com *Seven*. (*Vê a minha pergunta na sessão 842.*) Era ficção, mas estavam cientes da reputação psíquica de Ruburt. (*Pausa.*) De facto, houve problemas dentro da editora, e o editor que gostou do livro foi dispensado e não conseguiu dar continuidade como gostaria.

Além disso, há outros elementos que funcionam em conjunto com os *Sete Livros*. Os livros de Ruburt e os meus próprios – ou seja, os livros psíquicos de Ruburt – são considerados não-ficção, simples e direto. Os livros *Seven* são considerados romances, mas não são ficção científica. Sabe-se que o autor está a abrir novos caminhos – mas caminhos metafísicos. Algumas pessoas que leem os nossos outros livros têm medo de ler os *Sete*, pois se Ruburt escreve ficção, o que significa que não é facto, temem que a linha entre facto e ficção fique turva – e onde está a Verdade, com V maiúsculo?

O grande leitor está acostumado com a ficção científica convencional. (*Ele observa-os com uma ponta de ironia nos olhos.*) Os elementos metafísicos são, na verdade, bastante diferentes do público de ficção científica: os aspetos reencarnatórios, em particular. A própria originalidade do livro, portanto, até certo ponto, limitou o seu público leitor. Isto não é um simples *Guerra nas Estrelas*, por exemplo. Ao mesmo tempo, tudo isso é conhecido. O impacto de todos os nossos livros vai muito além, por exemplo, dos números vendidos, e é da natureza de ambos (*com um sorriso divertido*) enviar para os vossos mundos livros que estejam em exuberante oposição às vossas crenças de massa – (*pausa, com ênfase*) muito mais profundo –, de modo que dificilmente podem esperar o público de romances góticos. Até eu sou mais realista do que isso!

O impacto dos livros é outra coisa, mais uma vez, e as vendas constantes continuarão e acelerarão. Em termos de ficção, há categorias definidas, e *Seven* não se encaixa em nenhuma delas. Vocês estão a estabelecer novas categorias para vocês próprios. Aproveitem o privilégio, a capacidade e as recompensas, pois os livros realmente vendem. As pessoas ouvem. Especialmente no início, apesar de todas as vossas reclamações conjuntas sobre Prentice, Prentice era inovador. (*Com humor:*) Acredito que Sadat disse esta noite na televisão (*mais alto*) que leva tempo para que as velhas ideias mudem.

Estão a trabalhar para um tratado de paz de natureza diferente. Não estou a menosprezar a espécie de forma alguma, mas é verdade que (*pausa*) as pessoas que estão além do seu tempo, ou à frente dele, não podem esperar que a maioria aceite as suas ideias tão prontamente. Os best-sellers de massa, por exemplo: gostariam de ter as crenças dos autores ou dos leitores? Acredito que não. Eu pretendia responder à vossa pergunta antes. O Ruburt leu bem esta sessão. Têm alguma pergunta?

("Oh, cerca de cinco milhões delas — mas nenhuma no momento.") Então desejo-vos uma boa noite criativa e exuberante.

("Obrigado, Seth.")

(*A referência de Seth ao presidente Anwar Sadat, do Egito, ocorreu porque Sadat, o presidente Carter e o primeiro-ministro Begin, de Israel, assinaram nessa tarde o tão sonhado tratado de paz entre os dois países. O evento foi transmitido pela televisão. Assistimos a reprises na TV enquanto jantávamos.*)

SESSÃO APAGADA 843

28 de Março de 1979

…Bem. (*Pausa.*) Sobre o teu sonho e o desenho. Nos sonhos, geralmente personificas partes de ti mesmo. E encontras-te como se fosse a primeira vez. A tua Sra. Patterson representa o teu próprio amor pelos teus semelhantes (*com ênfase gentil*) e expressa uma profunda compaixão pela situação da tua espécie neste momento. Essas características são apresentadas na forma de uma mulher idosa, cujo ritmo demonstra sabedoria. Ela não tem braços. No entanto, a sua preocupação, amor e compreensão são vistos apenas na expressão dos seus olhos e rosto. Ela não pode abraçar o mundo e, por isso, não tem braços. A preocupação e a compreensão dela também têm uma qualidade mental, já que os teus sentimentos mais profundos a esse respeito são expressos indiretamente, por meio da arte ou da escrita, e não por contato direto com os outros.

Há indicações de braços por baixo da roupa — apenas indicações. Pois tu abraças o mundo por meio de, digamos, devoções internas em vez de atos externos. A mulher está sozinha, com muitos quartos vazios atrás dela, o que significa que te separas dos muitos mundos do comércio da tua época — ou seja, do comércio social — e que esse entendimento também pode trazer solidão. É necessário um certo grau de isolamento comparativo do mundo se quiseres entender a condição do homem. No entanto, a mulher não é fraca, mas forte: ela também não ignora a ironia da situação.

Dá-nos um momento... Acredito que o nome Sra. Patterson vem de — ("Bem, eu chamava-a de Sra. Johnson", lembrei a Seth. *Jane, em transe, inclinou-se para a frente, fitando-me, momentaneamente calada.*) Então dá-nos outro momento... A cadeia de associação de Ruburt deu o nome Patterson por causa de uma antiga canção. O [nome] Johnson traz o

senso de força da mulher e, ainda assim, diz que ela tem uma herança comum — uma pessoa da terra, uma pessoa poderosa à sua maneira — e as conexões com as tuas associações têm a ver com o falecido Presidente Johnson. Por trás de todas as suas ações, havia uma forte qualidade de compaixão que ele achava muito difícil de expressar. Ele foi presidente do vosso país em tempos difíceis: indisciplinado, por vezes desonesto nas suas negociações. Mas com "raízes comuns". De certa forma, a mulher é o outro lado dessa imagem. As qualidades dela são as que usas para governar as tuas terras psíquicas (*soletradas*). Ela é desprovida de posses de natureza física, o que significa que não busca essas posses, mas outros frutos com as mãos interiores (*pausa*).

A mesa é o único item físico que representa a realidade doméstica com a qual cada pessoa precisa lidar. Se a imagem fosse masculina, não poderias ter feito as mesmas observações para ti mesmo, devido às crenças que estão arraigadas em ti. O retrato representa, portanto, uma parte de ti — e uma parte que te compreende muito bem e assumiu essa forma para tua edificação.

Faz uma pausa muito breve.

("Obrigado.")

(*"Desculpa-me por isso", disse Jane, em referência ao facto de ter trocado a Sra. Patterson pela Sra. Johnson enquanto estava em transe. Ela disse que a conexão com Patterson vinha de uma canção antiga — talvez um título dos Beatles — que tinha a ver com "Oh, Mrs. Patterson", ou algo assim.*)

(*Achei que a troca dos nomes foi mais interessante do que se não tivesse acontecido. Disse à Jane: "As ramificações podem ser infinitas. Se eu não o tivesse corrigido, Seth poderia ter interpretado todo o sonho a partir daquele ponto de vista, o da Sra. Patterson, e o resultado teria sido igualmente válido — diferente, talvez, mas com muitas semelhanças." Comentei que era uma abertura inesperada para um novo campo de pesquisa que seria gratificante acompanhar — se tivéssemos tempo.*)

(*Volte aos 9:51 para saber um pouco mais sobre o sonho.*)

Há uma parte de cada pessoa que se correlaciona com o significado dessa imagem.

Ele foi criado e interpretado de acordo com a sua própria individualidade, mas também lembrará aos outros que todos possuem, cada um deles, a sabedoria, a compaixão e a compreensão que existem, sejam ou

não expressas em termos usuais através de atos físicos. (*Pausa.*) Dá-nos um momento... Quando o sonho te dá essa imagem, e a imagem se torna objetivada, é claro que estás a mostrar uma nova parte de ti mesmo no mundo físico e a expressar, através das tuas mãos físicas, as emoções que de outra forma não poderiam ser expressas.

Agora: Ditado. Acabei de interpretar um sonho de Joseph, no qual ele foi capaz de expressar emoções de natureza bastante profunda, e quero enfatizar aqui que vocês são, acima de tudo, uma espécie expressiva (*sublinhado*). O vosso mundo mental está repleto de ideias e sentimentos que se transformam em realidade. Tens a necessidade de te expressares — e estou a repetir a palavra *expressar* com toda a intenção (*com um sorriso*). Deves sentir que és um eu e que podes expressar esse eu no mundo que conheces.

(*Observação: Fiquei surpreso não só pelo facto de Seth ter aberto a sessão com uma análise do sonho, como também pelas conotações generosas que ele lhe atribuiu. Posso amar o meu semelhante, mas muitas vezes sinto que esse sentimento é comprometido pelos acontecimentos do nosso mundo, embora reconheça plenamente a minha própria participação na criação desse mundo nos detalhes mais íntimos. A interpretação de Seth pode ser generosa demais, mas também pode ter uma visão mais ampla, como a Jane costuma dizer que ele tem. Talvez tudo isso seja mais um reflexo da curiosa dicotomia que sempre senti: podemos insurgir-nos contra o mundo em geral e contra o comportamento de seus indivíduos em particular; no entanto, à medida que se conhece cada um mais de perto, torna-se difícil culpá-los pela situação do mundo. A compreensão, num nível mais pessoal, das forças que os puxam em direções conflitantes, torna muito difícil culpá-los ativamente.*)

Em ambientes mentais fechados, essa expressão é vigorosamente negada, e os próprios fundamentos da individualidade são atacados. Usarei a minha própria definição de seita aqui: uma seita existe sempre que um grupo forma um ambiente mental fechado e emocionalmente carregado, no qual os fundamentos da individualidade são sistemática e propositadamente minados. Nestas situações, ensinam-te que o eu que tens não é apenas falho, mas uma fachada — um eu falso em que não se pode confiar e cuja expressão deve ser amplamente negada. Dizem-te que deves entregar o teu eu ao líder do grupo — o guru, o mestre, o pai, a autoridade, seja qual for o nome.

Tais sistemas distorcem a própria natureza do idealismo ao colocar o ideal numa posição tão elevada que ele nunca poderá ser alcançado, pois, ao abdicares do eu que tens, deverias alcançar um eu totalmente puro, totalmente amoroso, idealizado e espiritual. Esse eu amará cada ser semelhante sem reservas, distinções ou julgamentos. Esse eu deve aparecer milagrosamente à medida que o antigo eu for aniquilado. A "aniquilação" realiza-se entregando a vontade à autoridade. Agir de forma contrária aos próprios desejos ou inclinações é considerado virtude. És instruído a não tomar decisões e a entregar-te completamente ao sistema da seita.

(*Pausa*.) Ao mesmo tempo, há muita conversa sobre o bem da humanidade, os princípios ideais, a bondade, a caridade e a fé — mas isso é visto como possível apenas dentro do grupo, porque o mundo exterior, segundo dizem, está cheio de maldade e corrupção. O grupo é sempre colocado contra o mundo, que se torna o seu inimigo. A paranoia reina. Recolhem-se provas da corrupção do mundo e todas as evidências da boa intenção humana começam a desaparecer. O fim passa a justificar os meios. O paraíso espiritual esperado na Terra — nestes termos (*sublinhados*) — é, claro, inatingível.

Os grupos cristãos fundamentalistas, apesar de todo o seu fanatismo, oferecem pelo menos algum tipo de alívio temporário aos seus fiéis; eles são "salvos" através da oração e das boas obras. Muitas outras seitas, no entanto, não oferecem esse conforto, como o grupo da Guiana. A concentração na traição a si mesmo e na corrupção mundana não oferece escapatória. A expressão torna-se sem sentido nessas condições, não confiando na estrutura do eu, então a expressão do eu é negada. Ela é temida. No entanto, o novo eu nunca surge — não o eu prometido, excessivamente idealizado, que sente um amor divino sem distinções. E todas as boas obras parecem sem sentido dentro do quadro terrivelmente exagerado pintado dos acontecimentos sociais e mundiais.

(*Pausa*.) A concentração na justiça própria e na evidência de corrupção leva à sua própria realização e, nessa luz sombria, a expressão do bem parece impotente. Esses grupos desaprovam a mente questionadora. Enfatizam o amor à humanidade e, ao mesmo tempo, reduzem as fortes afiliações pessoais de natureza amorosa, de modo que o próprio amor não possa buscar expressão em termos concretos. No entanto, o amor humano especifica, faz distinções. Ele concentra-se com um brilho extraordinário num indivíduo. Esses grupos tentam neutralizar esse enfoque. Pregam o

amor, mas permitem que qualquer indivíduo não ame nenhuma pessoa em particular, forçando cada um a cortar todos os laços de amor estabelecidos.

Essas pessoas não podem amar ninguém. Tudo deve ser fingimento. Recebeste os teus poderes de decisão por um motivo. O eu que conheces foi-te dado por uma razão. Ao realizares esse eu, seguindo as tuas inclinações e desejos naturais, descobrirás uma realização espiritual e psíquica. Expandir-te-ás. Fim da sessão, a menos que tenhas perguntas.

("Você poderia dizer algumas palavras para Frank Longwell?")

Dá-nos um momento... Apenas que ele aprendeu muito e não poderia ter considerado aceitar o pai dessa mesma forma, gentil e racional, há apenas alguns anos atrás. Ele ainda não compreende todas as implicações das resoluções, mas elas chegarão até ele. É importante que ele e Eva não se sintam martirizados ao aceitarem o pai, mas acredito que ambos entendem as suas posições e reconhecem que estão a formar as suas próprias realidades e a considerar esse ato de bondade por si só.

A mãe dele está a gostar de ser jovem. Ou seja, está feliz e conscientemente a alucinar experiências da sua juventude pela pura alegria da liberdade envolvida. Ainda não tomou nenhuma decisão sobre o renascimento, mas está a desfrutar da sua liberdade e, ao mesmo tempo, de olho no marido, pensando em como será agradável para ele ser ágil e livre novamente. No entanto, o marido não quer que pareça que ele está a desistir cedo demais, o que parece pensar que envolveria uma perda de prestígio. Ela está ciente dos filhos, mas gosta de parecer mais jovem do que eles são agora, para sua própria diversão amorosa.

Fim da sessão.

("Obrigado.")

— e uma carinhosa boa noite (*sussurrando*). E repito: o corpo de Ruburt está a fazer mudanças consideravelmente mais benéficas do que imaginas atualmente.

("Boa noite, Seth.")

Uma boa noite carinhosa (*sussurrando*).

(*22H36MIN. "Sou uma administradora natural", disse Jane. "Eu só queria que ele terminasse o capítulo do livro. Talvez ele possa fazer uma sessão por semana sobre o livro e outra sobre outras coisas que quisermos ou que surgirem..." Ela mencionou o facto de Seth ter voltado ao Mass Reality com bastante frequência ultimamente, então sabemos que é isso que acontecerá em breve.*)

ANOTAÇÕES DA JANE

26 de Março de 1979 — Segunda-feira

Hoje, segunda-feira, 26 de Março de 1979, dei uma breve olhada no início do capítulo 6 de *Mass Reality* de Seth. Estava um pouco apreensiva por voltar ao livro, embora as sessões tenham sido excelentes ultimamente. De qualquer forma, quando fechei o livro, tive a ideia de que o Seth falaria sobre coisas como os *Moonies* sem os mencionar, porque a ideia é que não se pode confiar no eu tal como ele é — como no caso de Jonestown. Esses grupos deixam as pessoas insatisfeitas com o eu como ele é, tentando sobrepor a ideia de um eu superior, o que é, realisticamente, impossível. Isso gera mais culpa, é claro... (*Havia outras coisas que recebi, mas já esqueci.*) De qualquer forma, o capítulo deveria ser seguido, segundo o que senti, por um capítulo sobre pessoas assustadas que, de repente, se libertam de ideias antigas, abrem os seus ambientes mentais e aparentemente fazem milagres nas suas vidas; como o velho, a velha...

NOTAS PARA A SESSÃO 844 (EXCLUÍDAS)

1 de Abril de 1979

(*A última sessão apresentada em Mass Events, a 841ª, foi realizada a 14 de Março. No dia 19, recebemos da editora, para verificação, as provas do índice do Volume 2 de The "Unknown" Reality e, dois dias depois, chegaram as provas do frontispício de Psyche. A revisão destes materiais foi rotineira; nada precisou ser devolvido e, em cada caso, Jane ligou para Tam Mossman, da Prentice-Hall, para dar a sua aprovação e fazer algumas sugestões de alterações. Jane tem trabalhado todos os dias no seu terceiro romance, The Adventures of Oversoul Seven, e tem recebido muitas notícias da Sue Watkins sobre o progresso do livro dela sobre a aula de ESP da Jane: Conversations with Seth e todas as suas outras atividades. Jane realizou quatro sessões desde dia 14: duas pessoais e duas [842-43] sobre outros assuntos que não o ditado de livros.*)

(*Na quarta-feira passada, um acontecimento sinistro começou a desenrolar-se em Three Mile Island, a central nuclear localizada numa ilha no rio Susquehanna, abaixo de Harrisburg, Pensilvânia. Por uma combinação de falhas mecânicas e erro humano, a Unidade 2, um dos dois reatores, sobreaqueceu e despejou água radioactiva no rio, além de*

começar a libertar pequenas quantidades de gases radioativos na atmosfera. [A central inteira está parada, pois a Unidade 1 já estava desligada para reabastecimento.] Agora a situação é mais grave: há uma hipótese de "derretimento" catastrófico das barras de combustível de urânio no núcleo do reator danificado — o pior acidente possível, exceto uma explosão, e um tipo de incidente que os defensores da energia nuclear sempre afirmaram que "quase certamente não pode acontecer". Se o derretimento ocorrer, lançando grandes nuvens de materiais radioativos na atmosfera, várias centenas de milhares de pessoas poderão ser vítimas de uma forma ou de outra.)

(*Fala-se agora em evacuar até um milhão de pessoas que vivem nos condados ao redor de Three Mile Island. Alguns refugiados já chegaram à zona de Elmira, onde vivemos, e, ao verificar um mapa, Jane e eu ficámos surpreendidos por estarmos a apenas 130 milhas em linha reta a norte de Harrisburg. Fazemos a distância rodoviária muito maior confortavelmente num dia. "Estranho", comentei com a Jane, "que, de todas as centrais nucleares do mundo, acabámos a viver tão perto daquela que deu errado..."*).

(*Supostamente, a nossa região está fora da zona de perigo, mas vemos notícias contraditórias nos jornais sobre se as correntes de vento predominantes nos tornariam vulneráveis aos efeitos de um possível derretimento. Mesmo agora, as autoridades locais de defesa civil monitorizam o ar várias vezes ao dia com contadores de radiação — semelhantes aos contadores Geiger. Jonestown estava longe, remota, noutra terra, mas a potencial tragédia em massa de Three Mile Island paira nas margens dos nossos mundos pessoais. O caso todo tem uma sensação de imediatismo irreal, porque não há nada visível, e não creio que a maioria das pessoas compreenda realmente as probabilidades envolvidas. Não deve ser coincidência, acrescentei, que os eventos de Jonestown e Three Mile Island tenham ocorrido com menos de seis meses de diferença um do outro e representem os dois pólos, ou extremos, dos principais sistemas de crenças atuais da humanidade: religião e ciência.*)

(*Esperamos, certamente, que, ao continuar com Mass Events, Seth comente extensivamente sobre Three Mile Island, assim como o fez sobre Jonestown. De facto, o material sobre Three Mile Island foi desenvolvido na sessão desta tarde — o principal motivo para apresentarmos estes trechos aqui.*)

(*Na verdade, a sessão poderia ser mais bem chamada de sessão Jane/Seth, pois a consciência da Jane esteve sempre em primeiro plano, mas com a influência subjacente e estável de Seth. Esta situação invulgar ocorreu porque, hoje, depois do almoço, Jane escreveu excelentes análises de dois sonhos que tive recentemente. Enquanto estávamos sentados à mesa da cozinha a conversar sobre o trabalho dela, Jane sentiu que poderia entrar num estado de transe que fosse dela, para variar, em vez de estar "apenas" em transe com Seth. Começou a apresentar o material num ritmo moderado, com a sua voz habitual. Assim que percebi que ela queria fazer uma sessão, pedi-lhe que esperasse até eu encontrar a minha caneta e o caderno. Em seguida, Jane começou a apresentar material muito sugestivo sobre sonhos — o nosso segundo motivo para incluir esta sessão em Mass Events. Parte do material mais generalizado sobre sonhos é apresentada a seguir; algumas partes mais individualizadas [que, de facto, vieram no início da sessão] estão na Nota 2.*)

(*Depois de beber meio copo de leite durante uma pausa, Jane retomou o transe às 16h30.*)

Mesmo que não te lembres conscientemente dos teus sonhos, recebes a mensagem. Parte dela aparecerá na tua experiência diária de uma forma ou de outra — nas tuas conversas ou nos teus eventos diários. Os sonhos são uma combinação tão perfeita de estímulos do ambiente interno e do ambiente externo, que outros acontecimentos são frequentemente usados para desencadear mensagens dos sonhos internos, tal como o inverso também ocorre. Numa reunião de três pessoas que assistem ao mesmo drama na televisão, por exemplo, cada uma pode estar a interpretar diferentes partes do programa de modo que essas partes se correlacionem com os seus sonhos individuais da noite anterior e sirvam para lhes trazer as mensagens dos sonhos de uma forma que possam aceitar.

Uma grande discriminação é usada para que, por exemplo, um artigo de jornal seja notado em detrimento de outros porque uma determinada parte desse artigo representa parte da mensagem do sonho. Outra parte pode vir de um vizinho — mas, a partir da interpretação do sonhador sobre o comentário do vizinho, isso reforça ainda mais a mensagem do sonho.

Nesses casos, o indivíduo dificilmente estará consciente de que se trata de um sonho. Podes sonhar que fazes uma longa viagem de carro e descobres que um pneu rebentou enquanto conduzias demasiado depressa. Talvez nunca te lembres desse sonho. De uma forma ou de outra, no

entanto, irás deparar-te com algum tipo de situação — poderás ver um artigo dessa natureza num jornal ou ouvir uma história, contada direta ou indiretamente, sobre o mesmo tipo de dilema. A magnitude dos estímulos físicos que te rodeiam torna possível, é claro, que qualquer número de situações semelhantes chegue à tua atenção física durante um determinado dia. Mesmo assim, talvez não te recordes do sonho, mas a situação em si, ao chegar ao teu conhecimento, pode levar-te a verificar os pneus, decidir adiar a viagem ou, em alternativa, levar-te a reflexões internas sobre se estás a avançar demasiado depressa numa determinada direção, para o teu próprio bem neste momento. Mas compreenderás a mensagem do sonho.

(*Esta tarde, Jane terminou de datilografar as análises dos meus sonhos de 29 e 31 de Março. Os sonhos foram excelentes e ela fez um trabalho notável ao interpretá-los. O primeiro envolveu Bill Gallagher; o segundo foi um confronto entre Jane, eu e uma matilha de grandes cães selvagens — alguns dos cães tinham cabeças humanas, outros corpos humanos e cabeças caninas. Esse sonho teve um impacto considerável na Jane, tanto que nos levou a material novo e interessante sobre sonhos, que seria abordado na sessão de hoje. Ambos os sonhos estão guardados no meu caderno de sonhos, claro. Fiz uma cópia extra do sonho, que mantive junto ao meu caderno, que estou a deixar crescer por si só, repleto de ideias que podem vir a ser usadas num trabalho meu, semelhante à sugestão original de Seth para Through My Eyes.*)

(*Jane terminou de digitar o material dos sonhos por volta das 15h30. Em seguida, sentou-se no banquinho para lavar a loiça. Enquanto estava sentada à pia, começou a receber mais material, desta vez de Seth. Chamou-me enquanto eu escrevia o meu próprio material de sonho no escritório. Na cozinha, ela começou a recitar-me o primeiro parágrafo do que estava a receber.*)

(*Tentei concentrar-me ao máximo no que ela dizia para anotar tudo de uma só vez, mas à medida que prosseguia, vi que inevitavelmente perderia partes do que era dito. Perguntei-lhe se poderia repetir o material se eu fosse buscar o caderno. Ela disse que sim. Enquanto me preparava para o ditado, Jane sentou-se na cadeira à mesa da cozinha. Nenhum de nós esperava uma sessão espontânea de Seth — mas foi isso mesmo que aconteceu. Jane começou de novo. O primeiro parágrafo abaixo repete substancialmente o que ela me dissera à primeira vez. Ela manteve sempre a sua "própria" voz e falou de forma coloquial. O ritmo do ditado foi algo*

rápido, por isso por vezes fiz anotações abreviadas, mas não prevejo dificuldades para as decifrar.)

(*Ultimamente temos especulado com frequência sobre porque razão a maioria das pessoas não se lembra dos seus sonhos. E, se não se lembram, como podem beneficiar deles? Sempre acreditámos — na verdade, sempre tivemos a certeza — de que a natureza deu à nossa espécie, e provavelmente a muitas outras, uma vida de sonhos por um motivo, e por isso supomos que o material onírico é bem utilizado de formas que talvez não compreendamos. Seria difícil acreditar que o sonho fosse uma criação inútil da natureza. Tampouco queríamos esperar pela ciência ou psicologia para explicar os sonhos, já que os temos a toda a hora. Todo o material reunido nestas notas forneceu a base para a sessão que se seguiria.*)

Mesmo que não te recordes conscientemente dos teus sonhos, recebes a mensagem. Parte dela surgirá na tua experiência diária de uma forma ou de outra — nas tuas conversas ou nos acontecimentos diários. (*Pausa.*) A nossa discussão sobre o facto de os Gallaghers não gostarem de animais — realmente não gostarem — foi a parte externa do sonho (*de 31 de Março, com os cães*). Trouxe à tona o mesmo tipo de questões, e Bill estava no sonho (*de 29 de Março*) antes do sonho com os animais.

(*Este material tocou num ponto da conversa que Jane e eu tivemos hoje de manhã — que os sonhos devem ser estudados em sequência para obter significados adicionais. Uma sequência de sonhos, disse Jane, daria uma perspetiva muito melhor sobre os desafios, medos, etc., da vida do sonhador e produziria perceções muito mais profundas. O assunto assume uma nova importância, assim como a relação de um sonho com outro.*)

No passado, quando as pessoas não se lembravam dos seus sonhos, projetavam-nos em acontecimentos naturais ou liam acontecimentos objetivos como símbolos que de facto expressavam o próprio sonho. Hoje, mesmo quando as pessoas esquecem os sonhos, reagem frequentemente a partes de dramas na TV ou a acontecimentos que se correlacionam com os sonhos da noite anterior. (*Considere todo o material da Jane até aqui como o primeiro parágrafo.*)

Como os sonhos são uma combinação tão perfeita de estímulos do ambiente interno e externo, outros acontecimentos são frequentemente usados para activar mensagens de sonhos internos, tal como ocorre no sentido inverso. Numa reunião de três pessoas a assistir ao mesmo drama

na televisão, cada uma pode estar a interpretar partes diferentes do programa, de modo que essas partes se correlacionem com os seus sonhos individuais da noite anterior e sirvam para lhes trazer as mensagens do sonho de uma forma que possam aceitar.

Anteriormente, eu compreendia (*disse Jane*) que, ao interpretar sonhos, devíamos também analisar grupos de sonhos durante um período de tempo, para ver se nos vemos como heróis, vítimas, vencedores, lutadores corajosos contra os problemas, ou o que quer que seja. (*Rindo:*) Estou a captar mais um pouco. Quando te recordas dos sonhos, pode ser eficaz falares mentalmente com qualquer imagem de sonho que pareça angustiada ou em dificuldades, para reforçar a coragem ou o que for necessário — tal como reforçarias a coragem de uma criança, pois, de certa forma, essas imagens de sonho são crianças mentais.

Pode parecer que os teus sonhos são ineficazes ou inúteis para ti, ou mal realizados, se não te lembrares deles — ou, depois de te lembrares, não conseguires interpretá-los devidamente. Isso significa, nos teus termos, que não consegues entender a mensagem do sonho. No entanto, tens muitas outras formas de decifrar a mensagem. A recordação e interpretação consciente dos sonhos é o ideal, claro — mas isso só acontece sob certas condições, quando o indivíduo está num estado de consciência em que está pronto para aceitar essas informações como originárias de sonhos, e quando os sonhos são reconhecidos por ele como uma forma legítima de receber informação.

(*Mais atentamente:*) Quando a informação do sonho também é considerada um bem social — ou até político — quando é vista como uma ferramenta de avaliação de probabilidades particulares ou nacionais, então a recordação e a interpretação dos sonhos tornam-se altamente proeminentes, podendo ser elevadas à mais alta das artes. Quando não é reconhecida, ou quando o indivíduo olha sobretudo para o ambiente externo como fonte de informação, o conteúdo do sonho é projetado em acontecimentos objetivos.

Usa-se grande discriminação, de modo que, por exemplo, certas partes de uma notícia de jornal sejam notadas em detrimento de outras porque esse item representa parte da mensagem do sonho. Outra parte pode vir de um vizinho — mas é da interpretação que o sonhador faz do comentário do vizinho que surge a mensagem do sonho.

Nesses casos, o indivíduo dificilmente se apercebe de que se trata de um sonho. Antes de tais comunicações, o mundo normal de convivência social e dos fenómenos naturais sempre fornecia um grande pano de fundo no qual os sonhos da noite anterior transmitiam as suas mensagens — e as circunstâncias externas tornavam-se, então, reconhecíveis para as perceções internas.

Podes sonhar, por exemplo, que fazes uma longa viagem de carro, mas descobres que houve dificuldades e um pneu rebentou enquanto conduzias a grande velocidade. Talvez nunca te lembres desse sonho. De uma forma ou de outra, porém, vais deparar-te com algum tipo de situação — uma parte de um programa de TV onde um pneu rebenta. Ou verás um artigo dessa natureza num jornal, ou ouvirás uma história, contada direta ou indiretamente, sobre o mesmo tipo de dilema. A magnitude dos estímulos físicos que te rodeiam torna possível, é claro, que qualquer número de situações semelhantes te chegue à atenção num dia determinado. Mesmo assim, talvez não te lembres do sonho, mas a situação em si, ao chegar ao teu conhecimento, pode fazer com que verifiques os pneus, decidas adiar a viagem ou, em vez disso, te leve a especulações internas sobre se estás a ir rápido demais numa determinada direção para o teu próprio bem neste momento. Mas compreenderás a mensagem do sonho.

Nesses casos, o indivíduo dificilmente se dará conta de que se trata de um sonho. Antes de tais comunicações, o mundo normal do convívio social e dos fenómenos naturais sempre fornecia um grande pano de fundo, no qual os sonhos da noite anterior transmitiam as suas mensagens — e as circunstâncias externas tornavam-se, então, reconhecíveis para as perceções internas.

Podes sonhar, por exemplo, que estás a fazer uma longa viagem de carro, mas descobres que houve dificuldades e um pneu rebentou quando conduzias demasiado depressa. Talvez nunca te recordes desse sonho. De uma forma ou de outra, porém, irás deparar-te com algum tipo de situação — uma cena numa série de televisão onde um pneu rebenta, ou verás uma notícia dessa natureza no jornal, ou ouvirás uma história, contada direta ou indiretamente, sobre o mesmo tipo de dilema. A magnitude dos estímulos físicos que te rodeiam torna possível, é claro, que qualquer número de situações semelhantes chegue à tua atenção física durante um dia. Mesmo assim, talvez não te lembres do sonho, mas a situação em si, ao chegar ao teu conhecimento, pode levar-te a verificar os pneus, decidir adiar a viagem

ou, em vez disso, levar-te a reflexões internas sobre se estás a avançar depressa demais numa determinada direção, para o teu próprio bem neste momento. Mas compreenderás a mensagem do sonho.

(*Aproximadamente 16h22. Jane fez uma pequena pausa. "Eu era o Seth na altura", disse ela, "mas fiquei um bocado atrapalhada por um momento. Foi muito engraçado", riu-se. "Depois voltei a ser o Seth. Era mais eu na parte de cima, mas ele estava definitivamente lá no fim."*)

(*Achei que Seth também influenciava a fala dela, pois tinha-se "suavizado" em comparação com a forma um pouco mais irregular com que começou a dar-me o material. No entanto, Jane manteve sempre a sua própria voz, e percebi claramente que era ela, e não Seth, quem estava "ao comando" da sessão.*)

(*"Agora posso obter algo por conta própria", disse ela. "Por exemplo, deparas-te com algo numa série de TV, ou vês no jornal ou ouves alguém falar, e isso tem uma grande carga para ti — só que nunca ligas isso ao sonho que tiveste na noite anterior."*)

(*Agora bebeu meio copo de leite. Depois, às 16h30:*)

Jane *(sob influência do Seth):*

Isto está apenas solto agora. Mas tenho algumas observações a fazer... Uma delas é que, como os objetos se originam apenas na imaginação do homem, há sempre uma ligação forte entre os objetos e os sonhos do homem. Eles atuam como símbolos da realidade interior e, portanto, é natural que, consciente disso ou não, o homem perceba os objetos de forma a que eles também representem símbolos que se originaram nos seus sonhos.

Isto também tem a ver com acontecimentos maiores que, por conveniência, podem ser considerados para já como objetos psicológicos — ou seja, acontecimentos vistos e reconhecidos por um grande número de pessoas, tal como os objetos. O drama de Cristo é um exemplo disso, em que sonhos particulares e coletivos foram projetados para o contexto histórico da época e reagiram de tal forma que várias pessoas se tornaram participantes externos, mas num sonho de massa muito maior, que foi interpretado nos termos físicos mais literais. Mesmo assim, a mensagem também foi transmitida, embora o drama interno em si não tenha sido recordado — e como o sonho se fundiu com os acontecimentos históricos e foi interpretado por muitos, a sua mensagem também se tornou distorcida

— ou melhor, misturada e fundida com outros sonhos semelhantes, cujas mensagens eram muito diferentes.

Vejam os problemas com o reator nuclear na central de Harrisburg (*Three Mile Island*). Toda a ideia de energia nuclear foi primeiramente um sonho — um ato de imaginação de indivíduos específicos — e depois, através da ficção e das artes, tornou-se um sonho de muitas pessoas. Instantaneamente, as probabilidades espalharam-se a partir desse sonho em todas as direções, com grandes potenciais e perigos.

Não foi coincidência que essa situação específica tenha chegado ao clima social retratado primeiro num filme.

(*O filme é The China Syndrome, claro, com Michael Douglas, Jack Lemmon e Jane Fonda, que estreou com óptimas críticas há cerca de duas semanas. A história curta mencionada foi relatada num programa de TV sobre Three Mile Island: Jane e eu vimos, creio, num jornal ou revista local da região de Harrisburg, uma pequena história sobre um acidente nuclear na central, publicada no mesmo dia em que começaram os problemas em Three Mile Island. Não tínhamos ouvido falar dessa história. Se eu estiver enganado e a história tiver sido publicada numa revista nacional, mesmo assim não a lemos. Tampouco ouvimos ou lemos mais nada sobre essa incrível "coincidência" desde que vimos aquela única menção nas notícias da TV.*)

(*Aproveito para apontar o que considero uma ligação óbvia entre os acidentes nucleares em Three Mile Island e o suicídio em massa na Guiana (Jonestown) no início deste ano. Dificilmente poderia ser coincidência, comentei com a Jane ao almoço, o facto de ambos os eventos de massa terem ocorrido este ano e representarem os dois pólos — ou extremos — dos sistemas de crenças atuais da humanidade: religião e ciência. Nesta tarde, Sue Watkins ligou para a Jane de Dundee — e começou a contar-lhe sobre as "ligações óbvias" entre a Guiana e Harrisburg.*)

A energia nuclear é sinónimo de energia, pura e simplesmente. É boa ou má? Nos sonhos do homem, pertence a Deus — o poder do universo (*atentamente*). O homem sempre se considerou, nos seus termos, separado da natureza, portanto, sente-se separado do poder da natureza — e deve haver uma grande divisão nos seus sonhos entre os dois.

A energia nuclear, de facto, surge como um símbolo de sonho e aparece no mundo como algo a ser tratado. Os fundamentalistas veem-na como uma força que Deus poderia usar, por exemplo, para destruir o

mundo. Esse evento em Harrisburg significa uma coisa para eles. Alguns cientistas equiparam a energia nuclear à grande curiosidade do homem e acreditam que extraem essa grande energia da natureza porque são "mais inteligentes do que" a natureza — mais inteligentes do que a natureza, mais inteligentes do que os seus semelhantes — e, por isso, interpretam esses eventos à sua maneira.

As probabilidades ainda estão a expandir-se, claro, e em sonhos particulares e coletivos as pessoas experimentam todos os tipos de finais para esta história específica. No total, milhões de pessoas estão envolvidas, que serão afetadas, naturalmente, de uma forma ou de outra.

(*16h45. "Aprendi algo esta tarde", disse Jane durante uma breve pausa não anunciada. "Já tinha pensado nisso antes, mas finalmente estou a compreender que as sessões são muito melhores quando não tenho qualquer preocupação — e quando sinto preocupação, torna-se mais difícil entrar na sessão. Comecei a ficar cautelosa no fim, de certa forma... Se não fosse assim, teríamos conseguido mais informações sobre a questão nuclear."*)

(*Ela não achava que o medo de fazer previsões que pudessem revelar-se erradas tivesse algo a ver com a sua preocupação.*)

(*"Lembro-me de que ele — Seth — até me ajudou com coisas sobre o drama de Cristo lá", disse Jane. "Oh-oh, vem mais…" — e voltou ao "seu" transe quase imediatamente.*)

Havia uma ligação — o drama de Cristo aconteceu como resultado do sonho do homem, pelo menos do desejo de alcançar fraternidade — um sentido de consciência tranquila e segura e uma moralidade que o sustentasse no mundo físico. O drama de Cristo, de facto, transbordou para a realidade histórica. Os medos do homem de não alcançar a fraternidade, de não alcançar um estado seguro de consciência ou uma moralidade viável resultam nos seus sonhos de destruição, independentemente de como se expressam — e, na verdade, o acontecimento físico atual, tal como existe agora na central nuclear em Harrisburg, pode ser facilmente comparado — e é — a um sonho de advertência para mudar as ações do homem.

(*Fim às 16h47.*)

(*"Está bem", disse Jane. "Eu sabia que havia alguma ligação entre a questão de Cristo e o que está a acontecer no mundo hoje, e era isso. Gosto quando é divertido — e isto foi divertido. Foi um estado de consciência suave e agradável."*)

(*"Devo mencionar mais algumas coisas, no entanto. Isto aconteceu num momento do dia em que normalmente não estou no meu melhor — por volta das quatro da tarde. E, muitas vezes, tenho coisas como na primeira parte desta sessão, quando estava ocupada com a loiça. Dou-me conta do facto e digo a mim mesma que vou contar ao Rob mais tarde... Depois pergunto-me quantas vezes já terei perdido boas coisas por fazer isto assim, especialmente quando me esqueço de lhe contar."*)

(*"Bem", disse eu, "podes ter perdido algumas coisas ao fazer isso, mas não te preocupes. Não podes estar ligada o tempo todo."*)

(*Aqui está o material que Jane escreveu no final do dia, após a sessão de domingo à tarde. Ela começou a contar-me verbalmente depois de tirar um cochilo antes do jantar, mas pedi-lhe que o escrevesse para este registo. Está relacionado com o meu sonho de 31 de Março.*)

ANOTAÇÕES DE JANE

Domingo, 1 de Abril de 1979:

(*"Esta tarde interpretei alguns dos últimos sonhos do Rob, um deles em particular envolvendo eu a bater na cabeça de um cão de pêlo preto. O cão era o meu eu espontâneo, segundo a minha interpretação. Terminei os sonhos e lavei a loiça do dia. De repente, recebi material sobre sonhos que sabia que era do Seth. Chamei o Rob e, quando lhe contei o que tinha, começou uma sessão espontânea de Seth — muito agradável do meu ponto de vista. A minha consciência parecia estar montada em cima da dele [do Seth] de uma forma curiosa.*)

(*"Mais tarde, quando fiz um breve cochilo, imaginei-me mentalmente a bater no cão de pêlo preto — e o meu braço direito mentalmente fez bang, bang, bang, batendo blocos de madeira na cabeça do cão muito rápido, e por um minuto não consegui parar. Finalmente parei e vi-me a acariciar o cão, a escová-lo e a pedir-lhe desculpa.*)

(*Ver material de Harrisburg no arquivo.*)

SESSÃO 846 (PARTE APAGADA)

4 de Abril de 1979

(*Eu tinha perguntado à Jane hoje se o Seth poderia discutir brevemente dois assuntos na sessão desta noite: os meus problemas recentes com desconforto na lateral e virilha, e a mão direita da Jane. Não achei coincidência o facto d o meu lado ter começado a incomodar — tal como há anos atrás — justamente quando terminámos o trabalho com as provas de página do Volume 2 de The "Unknown" Reality e Psyche, e eu estava livre dessa carga de trabalho pela primeira vez em muito tempo. Já tinha obtido o que considerei ser bom material de pêndulo sobre o problema e queria ver se o Seth o confirmava. Como sempre, o material dele acrescentou mais perceções.*)

(*A minha pergunta sobre a mão da Jane, a mão de escrever, estava na minha mente há algum tempo. Ela tem mantido essa mão com todos os dedos, exceto o indicador, virados para baixo mais do que nunca; na verdade, não consegue endireitar os dedos, e isso preocupa-me. Pergunto-me especialmente porque surge isto na mão quando o seu andar continua a melhorar.*)

(*O material a seguir é da 846ª sessão.*)

O teu lado incomoda-te quando queres estar do lado certo de ti mesmo — como se dizia antigamente, levantar-te do lado certo da cama. Por outras palavras, estás preocupado com a direção certa a tomar — não confias em ti próprio para tomar a decisão certa automaticamente, mas queres forçar uma decisão consciente rápida para saberes o que fazer e acabares logo com isso.

(*Pausa.*) O teu sonho com o cão (*de 31 de Março de 1979*) simboliza também um pouco esse dilema: segues a cabeça, forçando uma decisão consciente, ou segues os teus instintos, simbolizados pela forma do cão? A própria pergunta cria o dilema do sonho — ou seja, a separação dos dois na tua mente, instinto e razão, causa o confronto desconfortável. Não há separação, é claro — apenas uma aparente — pois, novamente, os processos conscientes da mente são espontâneos e os instintos do corpo são altamente disciplinados, portanto não há necessidade de hesitar entre um lado ou outro da questão.

(*"É o lado esquerdo que incomoda", lembrei ao Seth.*)

Na tua mente, o lado esquerdo representa as partes inconscientes da personalidade. Estás a acompanhar?

(*"Sim."*)

A situação com Ruburt é tal que condições como a mão são transitórias, tal como outras condições que o incomodavam e passaram. Lembras-te delas?

(*Acenei que sim com a cabeça.*)

— e simplesmente desapareceram à medida que os antigos equilíbrios foram quebrados e novos foram estabelecidos. Não quero entrar numa longa discussão sobre o Ruburt esta noite, mas (*com muito humor*) trarei uma atualização em breve, de natureza abrangente.

(*"Ok."*)

Os sonhos são tal como o Ruburt os interpretou, lidando com os teus sentimentos sobre proeminência. Dá-nos um momento... No primeiro (*em 3 de Abril de 1979*), estás com uma estrela exótica do movimento, que normalmente não apareceria numa mercearia ou supermercado (*na verdade, uma loja de conveniência no sonho*). Ela é exótica e estrangeira, uma velha amiga. Cumprimenta-la com carinho. Ruburt deve gostar disto, pois a atriz representa a tua versão idealizada da Jane — como uma estrela num palco diferente. Estás ao lado dela, e o supermercado representa o mercado.

No segundo sonho (*em 4 de Abril de 1979*), Bill Macdonnel, que não consideras um excelente artista, reflete os teus próprios sentimentos — por vezes confusos — sobre o que poderia ter acontecido se tivesses dedicado o teu trabalho principal e exclusivamente à arte, ou assumido o papel de artista, como o Bill faz. O trabalho, no entanto, não teria sido o correto para ti, mas, de certa forma, estaria de pernas para o ar, porque, com o teu conhecimento antes, digamos, das nossas sessões, a tua combinação particular de capacidades psíquicas e de escrita não se teria desenvolvido; a tua pintura teria ficado a faltar, de uma forma que seria bastante percetível para ti. No sonho, percebes que o teu caminho é melhor.

O teu irmão (*Loren*) representa crenças fortes que tinhas e com as quais te identificavas, mas que poderiam ter sido muito limitadoras. Evitaste-as, ou melhor, deixaste-as para trás. Agora tens um tipo de destaque e o teu trabalho está num tipo diferente de mural público. As pessoas mais jovens representam versões de ti mesmo, que se questionam sobre a tua proeminência num campo diferente — mas não te importas.

As tuas pinturas — agora, e as tuas melhores, vê bem — evoluirão como resultado da compreensão psíquica que estás a aprender. Não se podem comparar artistas, pois cada um é dotado de uma forma diferente.

Fim da sessão —

(*"Muito obrigado. Muito interessante."*)

— e uma boa noite carinhosa.

(*"O mesmo para ti."*

(*Com diversão*) Espero que a atmosfera esteja mais calma agora.

(*"Eu também. Boa noite."*)

(*"Nossa, não foi muito tempo", disse Jane, olhando para o relógio. "Eu disse a mim mesma, antes da sessão, que devia identificar-me com o meu eu criativo, então disse apenas que concordaria com o que acontecesse na sessão. Não me importava o que fosse, eu faria."*)

(*Ela lembrou-se de Seth a falar sobre os meus próprios problemas e os sonhos. Sentia-se muito melhor agora. Eu também me senti bem por ter obtido as informações pessoais. De forma mais penetrante, Seth expandiu algumas das informações que eu já tinha apanhado com o pêndulo.*)

SESSÃO APAGADA

9 DE ABRIL DE 1979

(*Antes da sessão, sobrecarreguei a Jane novamente com os meus problemas relacionados com o lado e a virilha. Tinha-me sentido um pouco melhor depois das informações do Seth sobre essas partes da minha anatomia, na parte omitida da última sessão — a 846ª, na quarta-feira anterior. No entanto, as sensações não tinham melhorado o suficiente e hoje estavam especialmente incómodas. Disse à Jane que estava mesmo desconfortável na altura da sessão. Ela ouviu-me com um ar preocupado, não disse muito, exceto que tentaria manter-se num estado de espírito tranquilo para fazer a sessão e que esperava que o Seth pudesse ajudar. Pessoalmente, eu estava profundamente desgostoso com todo o caso e disse-lhe que dispensaria alegremente o que quer que estivesse a causar o transtorno, para que não se transformasse num incómodo físico crónico. Disse também que achava que tudo aquilo era "coisa da minha cabeça".*)

(*Recebi várias respostas do pêndulo sobre as causas profundas da minha perturbação; em geral não eram contraditórias, mas significavam que, apesar da minha preocupação, eu não estava disposto a empenhar-me*

e a trabalhar verdadeiramente para descobrir as crenças que estavam a causar o problema. Observação interessante.)

(*Começo o material privado com um parágrafo que não é estritamente privado, para definir o cenário — embora, na verdade, o Seth diga pouco para mim.*)

No homem, de forma geral, a razão e a emoção se separam para que o homem possa pensar sobre as suas emoções ou sentir emocionalmente os seus pensamentos racionais. Agora — nas dificuldades de saúde humana, geralmente, os caminhos tomados pelo raciocínio e pelas emoções tornam-se, digamos, muito divergentes, de modo que a mente racional diz uma coisa e as emoções dizem outra. Os medos, como emoções, não são razoavelmente considerados, e os pensamentos não são tingidos emocionalmente.

No teu caso, quis mencionar (*na última sessão*) que a época dos impostos tem algum envolvimento com as tuas dificuldades, pois a razão diz-te que devem ser pagos, enquanto as tuas emoções ressentem-se disso. Não tens a certeza se o teu trabalho criativo "valerá a pena" — ou seja, se estarás a aumentar o teu património financeiro. Daí o teu dilema quanto aos projetos que deves ou não fazer.

Como mencionei, o eu criativo espontâneo conhece toda a tua situação, de modo que a tua produção desimpedida atenderá automaticamente a todas as tuas necessidades. Acredito que respondi a todas as tuas perguntas. E desejo-te uma boa noite.

(*"Muito obrigado, Seth."*)

(*Pensámos que a sessão tinha terminado nesse momento, mas o Seth regressou um minuto depois para apresentar um pouco mais de material relacionado com o corpo da sessão desta noite.*)

(*Fiquei um pouco surpreendido com a menção de Seth aos impostos, já que o meu pêndulo não tinha levantado esse tema. Achava que tinha posto o problema dos impostos no seu devido lugar depois de uma série de problemas com isso nos últimos anos; isto é, achava que já tinha aprendido alguma coisa... No entanto, senti-me melhor no final da sessão. Saí para uma caminhada perto da meia-noite, dormi bem e tive um dia melhor hoje. Os sentimentos permanecem, mas numa forma muito mais suave. Falei com o nosso fiscal, Jack Joyce, por telefone hoje; talvez recebamos os nossos formulários na quinta-feira. Quero pagar os impostos até sexta-feira para me ver livre disso e ver se isso ajuda a aliviar-me.*

Acho que, devido à proximidade do fim-de-semana da Páscoa, é permitido prorrogar o prazo de pagamento até à próxima terça-feira, dia 17, mas não quero esperar tanto.)

(*Às 20h30 de terça-feira, 10 de Abril de 1979, o pêndulo diz:*

Estou preocupado com o que fazer a seguir.

Preocupa-me que *Through My Eyes*, por exemplo, demore muito.

Estou aborrecido com a Prentice por vários motivos, embora não ignore os seus pontos positivos.

Ressinto-me de pagar os impostos. (*Todos estes factores contribuem para os efeitos físicos.*)

O meu lado incomoda-me porque não estou a trabalhar no *Mass Reality*. (*Relacionado com 1 e 2, obviamente.*)

Observação: Insight recebido às 22h15 — As sensações na virilha de "ter de ir" o tempo todo são interpretações nervosas minhas do desejo de "ir" em frente de forma criativa, de qualquer forma que eu escolha.)

SESSÃO APAGADA

16 DE ABRIL DE 1979

(*Estou a fazer uma cópia extra da sessão para os meus próprios registos. Aqui está uma cópia do documento que escrevi em 15 de Abril, após o material que o Seth forneceu para mim na parte excluída da sessão — a 847ª, de 9 de Abril:*)

("Não recebemos os formulários de imposto de renda do Jack Joyce até sábado, dia 14. Isso significa que não os poderemos pagar até segunda-feira, dia 16, um dia depois da Páscoa. O meu lado incomoda-me bastante enquanto escrevo isto, às 20h30. Ainda assim, fui dar uma volta depois do jantar. Estou nitidamente inquieto. Depois de um cochilo na tarde de quinta-feira (*dia 12*), entrei numa depressão profunda, praticamente não falando com ninguém mais do que o necessário. Isto envolveu a Jane mais do que qualquer outra pessoa. Os meus problemas físicos têm oscilado — espero que o pagamento dos impostos amanhã ajude. (*A propósito, o valor deles é muito menor do que eu imaginava — incluindo pagamentos estimados para 1979 —, portanto seria de esperar que eu reagisse a isso, mas ainda não reagi.*)

(*O pêndulo insiste que não há nada de errado fisicamente na zona lateral da virilha, mas começo a questionar-me. O pêndulo diz que o meu lado incomoda porque não estou a trabalhar no Mass Reality, que nos trará dinheiro, enquanto o Through My Eyes é um projeto menos seguro, demoraria mais e o tempo gasto nele é tempo perdido para o Mass Reality. Em outras palavras, estou muito preocupado com a minha contribuição financeira, e o pagamento de todos estes impostos agrava ainda mais a situação.*)

(*O pêndulo diz que não acredito que vá conseguir dinheiro para o Through My Eyes, que é uma perda de tempo, que não quero trabalhar nele. Quero, sim, trabalhar no Mass Reality, por isso, assim que terminar o Through My Eyes, começarei a trabalhar no Mass Reality. O pêndulo diz que o meu lado começou a incomodar depois de eu ter estimado US$ 70.000 para efeitos de imposto de renda em 1979, sem ver como a Jane e eu teríamos hipótese de receber esse valor este ano."*)

(*Devo observar aqui que, na última sexta-feira à noite, recebemos a visita dos Gallaghers e da Sue Watkins. À medida que a noite avançava, entrámos em algumas discussões bastante acesas sobre Three Mile Island, a ganância do homem por dinheiro, a sua boa intenção básica e questões relacionadas. O Bill e a Sue, em particular, envolveram-se muito bem, e a Peggy disse que não gostou disso. Acho que apresentei alguns pontos positivos; até o Bill disse que provavelmente exagerou na ganância do homem, mas não estava disposto a mudar de opinião. A Sue ficou chateada. A Jane também ficou, mas tentou absorver tudo. Estranhamente, falei com mais franqueza do que no passado, mas não me senti incomodado com isso.*)

(*Gostava de ter registado algumas das minhas observações, pois nelas esclareci algumas das minhas próprias ideias sobre o comportamento do homem versus a sua boa intenção básica. Depois, enquanto lavava a loiça antes da sessão desta noite, a Jane disse que "entendeu" que a noite de sexta-feira foi uma "reprodução" dos meus sonhos envolvendo o Bill Gallagher e a Sue, que ocorreram separadamente. A reprodução não foi literal, disse a Jane: "Portanto, acho que a maioria das pessoas não teria feito as ligações. Mas percebi que o Seth entraria nesses sonhos esta noite e pedi que ele desse as melhores informações que pudesse."*)

(*Eu tinha esquecido temporariamente os sonhos com o Bill e a Sue, embora os tenha seleccionado para inclusão no Through My Eyes; estão arquivados nesse caderno. O sonho com o Bill ocorreu a 29 de Março de 1979. O da Sue, a 31 de Março de 1979. Foi um período em que tive uma série de sonhos potentes que a Jane interpretou muito bem (incluindo o meu famoso sonho com o cão de 31 de Março) e que poderiam facilmente compor vários capítulos de um livro sobre o tema, se tivéssemos tempo para o produzir. Esses sonhos funcionam como uma série, como a Jane apontou, o que aumenta o valor dos sonhos de uma pessoa de formas inesperadas. Acho que algumas ideias originais estão aqui incorporadas. A Jane interpretou os sonhos do Bill e da Sue, e o Seth também comentou sobre eles. Ver a 845ª sessão. A propósito, todo o material sobre sonhos do Seth tem sido excelente.*)

(*Agora, aqui está uma cópia do artigo que escrevi hoje às 20h30, em 16 de Abril de 1979:*)

(*"Depois do jantar desta noite, disse à Jane que sentia estar 'perto de um ponto de rutura', que talvez tivesse de procurar ajuda médica — para o quê, não tinha a certeza: uma hérnia, algo errado no meu lado, no estômago ou o quê. Ela ficou chateada. Tínhamos dormido esta tarde, das 14h30 às 18h. Eu esperava sentir-me melhor com o descanso, que parecia desejar, mas isso não ajudou. Nem o pagamento dos impostos esta manhã, embora o corpo possa demorar um pouco a reagir a qualquer mudança de estado ou de pensamento — e já tinha visto isso acontecer antes.*)

(*O problema parece estar na parte inferior esquerda da virilha ou na lateral, com ramificações às vezes no testículo esquerdo. No entanto, não penso que isso seja a causa principal, mesmo com as veias dilatadas que tenho nessa zona há muitos anos. Hoje, o meu estômago começou a incomodar-me; tomei bicarbonato de sódio três vezes, o que pareceu ajudar, mesmo que temporariamente, todas as vezes. Caminhar também ajuda.*)

(*Esta noite, o pêndulo diz exatamente o mesmo que disse ontem — que me sinto mal porque estimei uma renda alta quando não a temos em vista; que acho que devia estar a trabalhar no Mass Reality em vez do Through My Eyes porque o primeiro trará dinheiro certo; que acho que não contribuo o suficiente financeiramente; que me sinto mal porque quero algo definido em que trabalhar — e que neste momento não estou a*

contribuir o suficiente. O pêndulo também diz que acho que mereço os sintomas pelos motivos acima.)

(*Diz ainda que acredito que o meu corpo é capaz de se curar sozinho, que quer curar-se sozinho e que eu quero que ele se cure sozinho — mas que, ao mesmo tempo, não acho que seja seguro ficar bem. Não me sinto mal por causa dos sintomas da Jane, embora me preocupe muito com eles todos os dias.*)

(*O pêndulo repetiu o insight que tive há alguns dias — um que pode ser muito importante: todos os meus incómodos ao longo dos anos — estômago, lado, virilha, ombro, o conjunto todo — têm origem no meu sentimento constante de que sou um fracasso na vida, de que não contribuo o suficiente, de que não ajudo a Jane o suficiente, de que não consegui realmente ser um artista ou escritor.*)

(*O pêndulo também diz que posso ter sucesso como artista e escritor, e que sou muito duro comigo mesmo. Comecei a reler as resoluções de Ano Novo do Seth — e isso ajudou-me.*)

(*Li este artigo para a Jane quando nos sentámos para a sessão. Pedi que o Seth comentasse, mas também disse que não queria que ele dedicasse toda a sessão aos meus desafios, pois sei que a Jane também quer material para o livro.*)

Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Agora — vamos voltar à série dos teus sonhos. Sabes a que me refiro. Agora: vejamos como os acontecimentos recentes refletem o sonho e como apareceram nele de forma simbólica. Os acontecimentos físicos a que me refiro são os encontros com os Gallaghers e a Sue Watkins na sexta-feira à noite — a discussão sobre filosofia, a sensação de conflito e a mistura de emoções.

No sonho (*de 29 de Março*), o Bill Gallagher oferece-se para te levar a jantar, e tu dizes que tens boa comida em casa. Aqui, a palavra "comida" refere-se a nutrição. Ele oferece-te o alimento do mundo — mas o mundo tal como ele o vê — e, em vez disso, preferes o teu alimento particular. O Bill Gallagher vê um mundo onde os cães comem cães e, como já mencionei, os animais têm um significado totalmente diferente para o Bill.

A noite foi um choque de ideias, pois o Bill pintou o mundo com os olhos mais pessimistas. Viu a ganância do homem pelo dinheiro a predominar por todo o lado. Os restantes opuseram-se, em diferentes graus,

porque ele retratou com clareza os medos e imaginações mais sombrios, de forma exagerada.

Até certo ponto (*sublinhado*), agora, as suas crenças representam uma certa visão convencionalizada do mundo. Até certo ponto (*sublinhado*), essas visões, coloridas por uma época diferente, eram as do teu próprio pai, pelo menos no que toca ao mundo do comércio, dos negócios e assim por diante. Todos sentiram que esses acontecimentos terríveis do mundo cultural e social foram de certa forma transpostos para o mundo natural.

(*O telefone começou a tocar às 22h00, para minha surpresa. Em transe, a Jane olhou para mim. "Esquece", disse ao Seth.*)

Agora: o Bill Gallagher, com as suas crenças sobre este mundo, na sua mente, juntou-se a ele. Sentiu que traiu a si mesmo, que realizou atos que não deveria ter realizado para se encaixar no seu contexto, e sentiu que precisava de o fazer para sobreviver.

Ficaste surpreendido quando o Ruburt te contou quanto dinheiro os Gallaghers estavam a ganhar — pois se o Bill vendeu a alma, poucos, ao que parece, poderiam tê-la vendido por menos. Entretanto, o Bill concentrava-se nos elementos lamentáveis da vida — nos impedimentos, nas desonestidades e por aí fora — até que parecia que, mesmo seguindo o caminho do mundo, não conseguiria ter sucesso. A sua ideia de masculinidade era tal que insistia num emprego convencional, bem definido.

(*Enquanto a Jane falava em transe, a Mitzi saltou-lhe para o colo. O telefone já tinha parado de tocar há algum tempo. Até ao momento em que escrevo isto, na noite seguinte, ainda não sabemos quem tentou ligar. A Mitzi é a nossa gata querida.*)

À medida que a noite avançava, a Sue Watkins ficava cada vez mais irritada, pois o Bill apontava o preço que a sociedade exigia, as apostas impossíveis e as penalidades que deveriam ser pagas. O Bill sente que a sua vida produtiva nos negócios está a chegar ao fim, quando se reformará. Falou sobre os valores que existiam no mundo quando era jovem e que agora já não existem.

Com tudo isso como pano de fundo, olha para o relógio que encontraste, escondido no teu sonho num armário. Isso refere-se não apenas aos assuntos que mencionei em sessões anteriores, mas também às tuas ideias de idade — e elas estão ligadas às tuas ideias de masculinidade, pois queres ser um provedor.

(22h07.) Agora: o caminho que escolheste foi muito diferente do do teu amigo. Não escolheste um emprego como empreendimento de vida, onde o dinheiro fosse claramente pago por atos especificamente designados, nem escolheste um caminho com um papel convencional bem definido.

Quando procuras novos caminhos, não há formas tão fáceis de avaliar o sucesso ou o fracasso (*com atenção*). Pensando em termos do mundo convencional, no entanto, por vezes sentes-te perdido, pois queres perguntar: "O que sou eu?" nesses termos (*sublinhado*) — um artista, um escritor ou uma combinação dos dois? Ruburt pergunta-se: o que é ele — um escritor, um médium, uma combinação dos dois? Os livros levam o nome dele, então sentem que são principalmente dele — e, no entanto, todos esses sentimentos ignoram completamente as realidades mais amplas das vossas vidas e do vosso trabalho.

Se fosses apenas escritor ou apenas artista, ou se o Ruburt fosse apenas escritor ou apenas médium, nenhum de vós estaria envolvido nesta empreitada, que — mesmo nos vossos termos — é de uma natureza tão criativa que desafia definições. Não depende de nenhum de vós isoladamente, mas surge de estruturas psicológicas conjuntas (*atentamente*) que formaram juntos, cada um usando as características que pôde — estruturas psicológicas que podem usar para obter um ponto de vista sobre a realidade que é tão único.

Perto desse tipo de realização, as ideias convencionais de sucesso ou fracasso são literalmente ridículas, em termos básicos — embora compreenda a influência que as crenças culturais ainda possam ter sobre ti.

Essas dúvidas, no entanto, prejudicam fortemente os teus sentimentos de aprovação pessoal e minam a tua resistência e coragem naturais. O Ruburt também foi incomodado por sentimentos inversos no passado, mas aprendeu a entender claramente que o nosso trabalho é um empreendimento triplo. Ele não existiria na sua forma atual — e a forma atual é a melhor forma — se não fosse pela tua participação. De certa forma, estás a fundir artes e a lançar as bases para novos tipos de arte que atualmente não existem.

Às vezes, vocês são bem-sucedidos, apesar de si mesmos, pois os Gallaghers não deixam de perceber que vocês estão muito bem financeiramente — resultado da vossa própria falta de convencionalidade

mental, que, ao que parece, tu às vezes consideras pelo menos um pouco lamentável.

As ideias sobre a idade colocam este tipo de coisa em foco. Tornam o Bill Gallagher, por exemplo, mais amargo em relação à sua própria vida, pois sente-se enganado quanto às recompensas por ter seguido o sistema. As ideias convencionais de idade, contudo, podem também limitar as tuas ideias sobre a tua criatividade. Começas a pensar: *"Quanto tempo há disponível?"*, quando os próprios pensamentos criativos disponibilizam mais tempo.

Faz uma breve pausa.

(*22h23. Conversámos sobre o sonho ligado ao material da sessão desta noite. Perguntei-me se seria legítimo dizer que o grupo de sonhos era uma visão precognitiva de um único evento — a reunião de sexta-feira à noite. A Jane achou que sim. Se for verdade, seria uma perceção original, disse eu — não que os sonhos previssem o evento de sexta-feira em si, mas que apontavam para a ocorrência de algum tipo de evento semelhante. Disse à Jane que não me lembrava de ter lido tal ideia em lado nenhum.*)

Agora: além de outros motivos, os impostos servem como ponto focal porque sentes que deves prestar homenagem ao mundo descrito pelo Bill Gallagher — e, nesse mundo, sentes que não tens um papel convencional específico (*sublinhado*), conforme mencionei antes. Ruburt costumava sentir-se constrangido porque, nesses termos, ganhava mais dinheiro do que tu — e isso, certamente, desempenhou algum papel no início dos sintomas.

(*Ainda tem?*) Não podias trabalhar, obviamente; tinhas de cuidar dele, e parecia que ambos estavam a defender-se — mas quase todos os teus problemas vêm da aceitação irrefletida de ideias convencionais que acabaram por vos dominar.

O desconforto no testículo reflete o problema que sentes com o papel masculino. Mas deves perceber que o papel masculino típico no teu país, certamente, não é primordialmente o de artista. Se o homem tem aptidões naturais que se encaixam nas largamente aceites pela sociedade, não há problema — pelo menos nesse aspeto. Mas se as suas aptidões naturais estão noutras direções, podem surgir dificuldades.

Fizeste o que querias fazer, de acordo com as tuas próprias inclinações naturais — e só quando julgas as tuas circunstâncias pelas crenças superficiais da convenção é que deixas de ter a tua própria aprovação. Não podes avaliar o crescimento subjetivo de uma personalidade, as linhas de

compreensão ou o valor das ideias dadas ao mundo. És um sucesso em linhas que podem ser sentidas pelo mundo — mas não medidas. Os livros são mais eficazes do que qualquer carta a um deputado, e colocas a essência da tua vida nas tuas anotações.

(*A referência do Seth a uma carta a um deputado surgiu, creio eu, porque durante a nossa conversa na sexta-feira à noite o Bill Gallagher disse que ninguém presente havia feito nada para protestar contra as condições do nosso mundo que não nos agradavam — esquecendo, é claro, que os próprios livros estão repletos de protestos e sugestões de mudança. Mas o Bill não lê os livros — e, por isso, vive num mundo fechado a essas ideias.*)

Agora, dá-nos um momento.

As experiências de Ruburt (*de 12 de Abril; ver final da sessão*) foram excelentes e afetaram-no beneficamente a outros níveis, libertando compreensões que surgirão no devido tempo. As experiências também o impediram de se envolver demasiado com o teu estado de espírito naquele momento e deram-lhe uma experiência da sua própria realidade subjetiva conjunta maior.

O sonho de reencarnação (*ver final da sessão*), contudo, tinha a ver com Nebene, que se ressentia de qualquer tributo pago a Roma e ficava furioso com as práticas desonestas dos cobradores de impostos. Ele não seguia a religião de Roma nem concordava realmente com o governo, achava que os impostos eram apenas dinheiro dado a bandidos e ladrões para encher os bolsos dos ricos. Ele próprio acreditava na austeridade.

Ruburt encara os impostos como dinheiro pago à sociedade para o deixarem em paz. Paga as suas dívidas, por assim dizer. O sonho envolveu a visita de sábado ao contabilista (*Jack Joyce*), que, de certa forma, foi uma recriação do sonho. Ruburt soube, alguns momentos antes da visita do homem, que os impostos seriam mais baixos do que supunhas — mas preocupava-se que pudessem ser mais altos e que ficasses mais irritado.

O contabilista é um indivíduo bem-intencionado, longe de ser um bandido, com os seus próprios problemas — e, no sonho, essa informação é percebida por ti e, portanto, captada por Nebene. Joyce, pelas suas próprias características, representava, à sua maneira, a sociedade confusa mas suficientemente bem-intencionada. Ruburt achava que já tinha pago as suas dívidas, fisicamente falando — e que isso estava encerrado.

O corpo dele está definitivamente a melhorar — mas vocês dois devem examinar novamente as vossas crenças sobre os assuntos convencionais de que falei esta noite, pois influenciam o vosso comportamento. Precisam de liberdade no vosso trabalho, de permitir horários regulares, mas como já vos disse muitas vezes: providenciem mudanças da vossa própria escolha — mudanças ordenadas são excelentes. Falta-vos a troca de experiências com outras pessoas que o trabalho proporciona.

Precisas de solidão — no entanto, também deves prever mudanças dentro dessa rotina, pois essas mudanças dão-te uma perspetiva diferente da tua própria realidade subjetiva. E, muitas vezes, podem ajudar-te a resolver problemas simplesmente porque as associações antigas são quebradas. Em geral, não dás seguimento a estas sugestões. Tens perguntas?

(*"Não, acho que isso é suficiente para uma noite. É muito bom. Obrigado."*)

Então desejo-te uma boa noite.

(*"Obrigado, Seth."*)

(*22h49. Aqui estão os três exercícios ou experimentos que a Jane tentou fazer para me ajudar quando estava tão desanimado na última quinta-feira, 12 de Abril. Ela disse mais tarde que, como eu evidentemente não obtive nada com eles conscientemente, isso a fez questionar o valor de coisas semelhantes que tenta fazer pelos outros.*)

EXERCÍCIOS DA JANE:

(1) "Exercício: enviar energia para o Rob. Mentalmente, vejo-o no seu estúdio, na mesa de desenho. Imagino e visualizo energia em todos os cantos da casa e do céu, correndo em direção a ele; depois fico surpreendida quando, mentalmente, o topo da sua cabeça sai perfeitamente — como a tampa de um pote. Vejo mãos — acho que as minhas — estendendo-se para dentro, a endireitar as coisas (como se estivesse a desembaraçar um fio de telefone). Isso perturbou-me um pouco. Fiquei desconfiada, sem saber se poderia magoá-lo, mexendo lá dentro daquela maneira; depois percebi que essas imagens representavam emaranhados de pensamentos que estavam a ser desfeitos. Uns minutos depois, o Rob estava na sala de estar — acho que estava a regar as plantas. Pensei que estava no estúdio, e foi lá que vi tudo isto. (Por volta das 9h30.)

(2) "14h20. Imaginei o Rob na sala de escrita, uma luz amarela suave e quente brilhava sobre ele a partir do Quadro Dois e, embora eu não tenha especificado, a luz permanecia especialmente no ombro. Então vi-o claramente, em miniatura, a saltar e a rodopiar bem alto no ar, a abrir os braços..."

(3) "20h30... Decidi... fazer outro exercício com o Rob. Instantaneamente, vejo-o sentado na sala de escrita e, atrás dele, a imagem de uma mulher esbranquiçada e translúcida — o meu eu astral. Atrás do Rob, de pé, ela acaricia-lhe suavemente a testa; depois, rapidamente, está ao colo dele, de frente para ele, como se se fundisse com ele. Depois, expressam o seu amor — ou as ações exprimem-no — juntos, de uma forma que não consigo descrever: de ambas as formas astrais, entrelaçados, voam para o espaço. Separam-se, fazem um bailado no céu e voltam a unir-se; muito livres."

SONHO DA JANE

13 DE ABRIL DE 1979 (SEXTA-FEIRA):

(Relato de Jane sobre o sonho mencionado por Seth na página 97 da sessão. Note-se que teve este sonho um dia antes da visita do contabilista Jack Joyce e um dia depois de ter feito os três exercícios comigo.)

("Antes de cochilar, pedi ajuda ao eu espontâneo e, quando acordei, senti-me melhor. Acordei várias vezes durante uma hora de sesta, percebendo que me sentia muito bem. Perto do fim do cochilo — presumo que tenha sido um sonho... Estava a ter uma sessão do Seth, sentada no meu lugar à mesa da sala de estar. O Rob podia estar sentado na cadeira da minha secretária. De qualquer forma, estava de frente para mim. Ele começou a gritar, levantou os braços e estava a lembrar-se de algum material reencarnatório que era desagradável — possivelmente o Seth acabara de lho dar. Mas saí do transe, dizendo ao Rob que não havia problema em lembrar, soltar e deixar ir. Outra figura estava sentada por perto, a tomar notas — acho que era o Rob também; essa figura estava mais distante e não disse nada... muito claro.")

("O Rob não se lembra disso nem dos exercícios de quinta-feira. Eles afetaram-no de alguma forma?"

("Ao jantar, pensamentos vagos de que Nebene odiava impostos de todo tipo, com a chicana envolvida").

SESSÃO APAGADA

18 DE ABRIL DE 1979

(*"O Rob não se lembra disto nem dos exercícios de quinta-feira. Eles afetaram-no de alguma forma?"*)

(*"No jantar, pensamentos vagos de que Nebene odiava impostos de qualquer tipo, com a chicana envolvida."*)

(*Mais uma vez, tal como fiz antes da sessão excluída de segunda-feira, dia 16, disse à Jane que estava a chegar a um "ponto de rutura". O meu lado esquerdo incomodou-me o dia todo, da mesma forma de sempre. Apesar de ter sentido um pouco de alívio ontem, vinha a tomar bicarbonato de sódio com frequência para o estômago há vários dias, mas parecia que agora a sensação de pressão — ou talvez de gases — estava a levar a melhor. Tomei o bicarbonato antes de me deitar com a Jane esta tarde; acordei meia hora depois tão desconfortável que tive de me levantar.*)

(*O pêndulo deu-me as mesmas razões para o meu mal-estar geral, além de ter concordado com novas perceções mencionadas abaixo. Primeiro, porém, o pêndulo disse que o refrigerante gerava gases. Também insistiu que eu não tinha hérnia, úlcera, etc., embora eu tenha dito à Jane que, dependendo do que o Seth dissesse esta noite, poderia procurar ajuda médica amanhã. Ao mesmo tempo, abandonei o bicarbonato — hábito antigo — em favor do Maalox, que encontrei no armário. O Maalox ajudou, e consegui jantar um pouco.*)

(*Estou, naturalmente, preocupado com o facto de ter criado uma condição física — tal como a Jane. Ela começou a escrever sobre mim hoje, enfatizando as minhas características de "confrontar o mundo com uma distância entre os dois". O material dela é excelente; disse que não sabe de onde vem nem em que estado se encontra quando o escreve. Ainda está longe de terminado, mas finalmente deixou-me ver o que tinha depois do jantar. Não sabe se conseguirá "acalmar-se o suficiente para fazer mais na peça ou não", embora eu tenha a certeza de que conseguirá. Ela também falou em tentar hipnose comigo — já que sou um bom sujeito para isso. Eu tinha-me esquecido dessa arte. Neste momento, estou disposto a tentar qualquer coisa. Às 20h15, o meu estômago incomoda um pouco, mas o lado esquerdo reduziu-se a uma vaga sensação de desconforto na virilha e no testículo. O estômago parece ser o foco principal de tudo isto — tem sido assim há anos. Acho que ele desencadeia os outros efeitos*

desagradáveis. A Jane e eu discutimos a possibilidade de eu ter uma úlcera.)

(*Ontem à noite, enquanto fazíamos amor, desabei e chorei pela minha preocupação com a Jane.*)

(*Esta tarde, o Larry Dowler, dos Arquivos de Yale, telefonou para adiar a visita que estava marcada para quinta-feira para o próximo domingo. Espero sentir-me melhor até lá. Aqui estão os insights que obtive a partir das 11h20 desta manhã, enquanto cuidava dos meus afazeres diários:*)

A minha zona lateral/gengiva incomoda-me porque tenho medo de adoecer e isso ter um custo elevado. Associo dinheiro para despesas médicas com dinheiro para impostos.

Mais uma vez, não acho seguro ficar bem. Acho que, se ficar bom, não vou dedicar-me ao trabalho no *Mass Reality*.

O meu lado dói porque temo que o Volume 2 de *Unknown Reality* não seja apreciado. (*E porque temo que todo o trabalho da Jane não seja — e não seja — apreciado. O Through My Eyes não está envolvido — refiro-me à minha biografia projetada.*)

(*Na sessão excluída de 16 de Abril de 1979, o Seth observou que a Jane "costumava sentir-se envergonhada porque ganhava mais dinheiro do que tu — e isso desempenhou algum papel no início dos sintomas". Pedi ao Seth que comentasse se algum desses mecanismos ainda poderia estar a funcionar com a Jane.*)

(*A Jane leu estas notas quando nos sentámos para a sessão às 21h35. Expliquei que detestava "colocá-la na berlinda" ao perguntar se eu tinha uma úlcera ou hérnia, por exemplo, ou gases ou outra coisa qualquer. Percebi que isso a assustava. Ao mesmo tempo, disse que estava curioso para saber se teria uma úlcera — e que, se tivesse, conseguiria ver como criei essa situação para enfrentar certos desafios.*)

Bem...

(*"Boa noite, Seth."*)

Boa noite. Imagine que tens dois homens. Um deles pouco se importa com as opiniões do mundo. Quer passar os dias em contemplação. Quer ter a liberdade necessária para fazer qualquer pergunta filosófica que lhe vier à mente. Basicamente, não se importa minimamente com o tempo — como normalmente é entendido. Não se importa com posição nem com poder. Só pede para ser deixado em paz nas suas contemplações e para as exprimir da

forma que melhor se adeque à sua natureza. Na verdade, é livre de papéis sexuais e recusa estereótipos de qualquer tipo. Vê as instituições culturais e educacionais com um olhar claro e questionador. Não se importa com posição ou dinheiro — apenas com a liberdade. Quer estudar o mundo e a natureza, bem como a natureza dos homens e das ideias, e, a partir daí, procurar uma ordem maior e um contexto maior em que a vida deve residir.

Agora temos outro homem, também contemplativo e determinado — mas este é perseguido pelo tempo. Precisa de mostrar que produz tanto trabalho num determinado número de horas, para que os outros saibam que é diligente e cheio dos bons atributos masculinos de provedor. Preocupa-se muito com a opinião dos outros e quer ver o efeito do seu trabalho sobre os estabelecimentos do mundo. Quer saber qual é a sua posição e quer encaixar-se numa categoria bem definida, para poder dizer ao mundo: *"Se és sapateiro, eu sou algo igualmente definido; ou se és professor, eu sou escritor, ou artista, ou um —?"* Quer que a sua contemplação seja recompensada e preocupa-se muito com o destino do seu dinheiro.

Estes dois homens são um só, claro. Representam as tuas próprias crenças e sentimentos opostos. Num momento ou noutro, não concordas nem aprovas qualquer um deles — e por isso estás sempre a repreender-te por seres diferente do que és. A maior parte da tua natureza pertence ao primeiro homem — e o segundo conjunto de características foi sobreposto, de modo que há um atrito entre os dois sistemas de crença e sentimento.

(*Pausa*.) Vocês os dois, por não terem filhos, não podem contar com eles para realizar os vossos sonhos, como muitos fazem, ou para concretizar o que vocês não concretizam. O vosso "trabalho" é, de certa forma, como o vosso casamento: tem de satisfazer um número quase infinito de requisitos e exigências (*com humor*). Deve dar-vos um sentido de pertença, realização, apoio emocional, alegria por vezes, ser intelectualmente e emocionalmente satisfatório, proporcionar sucesso financeiro e algum poder no mundo.

Esse "trabalho", porém, é, no teu caso, o dom natural do primeiro homem descrito — mas ele, ao que parece, tem de trabalhar sob as exigências do segundo homem, que inclui todas as suas ideias de tempo, papéis sexuais e exigências sociais. Não estás tão livre disso como talvez suponhas — e já mencionei isto antes.

A mudança para esta casa (*ou qualquer casa*) trouxe essas exigências ocultas à superfície — e a ideia do segundo homem, de chefe de família,

foi ainda mais colocada sobre os ombros do primeiro homem. Não há nada de errado, certamente — e há muito prazer em cuidar do teu estabelecimento — mas não porque precises de provar algo a ti mesmo ou aos outros.

Com os teus projetos passados concluídos, o "homem que precisava de um emprego" ficou sem emprego. Foi como se tivesse sido despedido e precisasse imediatamente de encontrar um novo. Esse homem só aprova projetos criativos quando pensa neles como empregos — quando se tornam aceitáveis como atividades masculinas legítimas. A arte comercial é maravilhosa, pois num determinado momento permitia-te pintar porque (*sublinhado*) eras imediatamente reembolsado — e isso tornava a arte legítima. (*Com humor irónico:* estou a falar disto aqui. Perdoa-me um pouco de sarcasmo gentil, mas para a tua alma puritana americana, a arte por si só — ou a contemplação — ainda é, de certa forma, contrária à natureza.)

A tua personalidade básica — o primeiro homem — fica imensamente satisfeita simplesmente pelo facto de o dinheiro chegar. Está satisfeita com o tempo que ganhou, com as capacidades que usou e desenvolveu — e está cheia de entusiasmo criativo natural. No entanto, tu não a aprovaste por completo. Os impostos incomodaram-te mais desta vez porque vieram logo após a conclusão dos teus projetos. Tens o estômago nervoso — e (*sinceramente*) eu também teria, se estivesse sempre a tomar partido contra mim mesmo e a não aprovar o lado em que estivesse em determinado momento.

Adquires o hábito de aceitar a desaprovação como um facto, em vez de perceberes que representa apenas um sentimento que tens num dado momento — e que pode ou não ser justificado. Podes chutar um cão e, se desaprovares esse ato, é uma desaprovação justificada de um ato (*atentamente*). Tens tido os teus problemas físicos porque estás a tentar contornar estas limitações — ou seja, o teu corpo está a dizer: *"Pára de tomares partido contra ti mesmo — ou melhor, contra ti próprio."* A tua espontaneidade é mais do que capaz de preencher essas lacunas — mas muitas vezes desaprová-la-ás se as sugestões dela forem contrárias às sugestões negativas relativas ao tempo que já impuseste a ti próprio.

(*Pausa.*) O teu valor está no que és. O valor de qualquer pessoa está na sua própria essência. Aquilo que és produzirá naturalmente atos ou obras de qualquer tipo. O teu programa de notícias na televisão (*na ABC*)

está a produzir uma série sobre a vossa energia nuclear e a da Rússia. Tal como em todos os acontecimentos deste género, a pior probabilidade é considerada imaginativamente — e tomam-se medidas no mundo físico, usando muita energia e engenho, medidas que supostamente evitam que essa pior probabilidade se concretize. Pessoas assustadas não tomam decisões sábias. Na verdade, normalmente tomam medidas que, inadvertidamente, trazem os resultados temidos — independentemente das circunstâncias do caso em questão.

No entanto, muitas vezes, nos seus mundos particulares, as pessoas têm as suas próprias versões dessas probabilidades temidas, que depois passam pelas telas das suas mentes para que possam tomar medidas para evitar qualquer catástrofe ou quase-catástrofe envolvida. À sua própria maneira, tu costumas fazer o mesmo. Por vezes, o teu corpo incomoda-te e está a dizer: *"Preocupas-te demasiado. Precisas de relaxar para que eu possa relaxar."* Em vez disso, preocupas-te prontamente com o teu corpo, concentras-te nas suas disfunções, concentras-te nos teus problemas.

O importante é a abordagem geral da vida quotidiana. As regras, mais uma vez, parecem simples demais: recusa-te a preocupar-te. Confia que conheces os teus próximos projetos. Permite que eles aconteçam — e esquece todas as suposições limitativas projetadas, como *"nunca terei tempo para fazer isto ou aquilo"*, pois essas limitações não existem de facto. De facto, ponto final.

Os projetos que deves realizar podem ser feitos ao longo da tua vida. Os que não são realizados não o são por uma razão: porque não se encaixam na tua natureza, ou porque podem ser tratados de forma diferente — mas deves confiar que o teu eu espontâneo compreende a forma geral da tua vida e os seus contextos e conteúdos criativos.

Fim da palestra (*com um sorriso*).

("Ok. Obrigado.")

Darei outra palestra quando quiseres.

(*Eu não queria que Seth fosse embora antes de fazer esta pergunta: "Queres dizer algo sobre a tua observação de que os primeiros sintomas da Jane estavam, pelo menos em parte, relacionados com o constrangimento dela por ganhar mais dinheiro do que eu?"*)

Deveis entender — como certamente entendeis — o foco das vossas vidas. Mesmo antes do início do empreendimento psíquico, sempre foi o vosso trabalho individual e conjunto: no início, escrever e pintar. Não eram

convencionais. Exteriormente, romperam com as convenções, mas ainda estavam contaminados por ideias convencionais. Mesmo sem o esforço psíquico, ambos teriam ficado incomodados se, digamos, Ruburt tivesse sucesso como escritor dos seus próprios livros sem qualquer tipo de ajuda tua — a menos que tivesses sucesso como artista. Contudo, ambos sabiam muito bem que não gostavam do mercado.

Essa aversão, acima de tudo, fez com que não quisesses fazer o que é necessário para ser um artista que vende. Sentias-te diferente em relação ao trabalho comercial. Sempre tiveste de lidar com os papéis sexuais na sociedade, até certo grau. Tudo isso contribuiu de facto para os sintomas de Ruburt, principalmente no início. Tinha medo que ficasses com ciúmes, que outros dissessem que ele te dominava — e, até certo ponto, ambos sentiam que os sintomas os ajudavam a defender-se na sociedade.

Mais tarde, os sintomas também serviram para que ambos tivessem uma sensação de separação do mundo — um motivo para não fazerem o que achavam que deviam fazer em termos convencionais: sair e espalhar a palavra, tornar-se apresentadores de televisão, liderar grupos ou dar seminários — coisas que, em grande parte, iam contra as partes mais privadas da vossa natureza, embora, de outra forma, ambos estivessem preparados para isso.

Serias muito sensato se visses as pessoas que vês (*sublinhado*), porque queres vê-las quando as vês — sem nunca usares a condição de Ruburt como desculpa para não fazeres o que não queres fazer de qualquer maneira, ou para não veres as pessoas que não queres ver de qualquer maneira (*atentamente*).

(*Longa pausa*.) Estão a iniciar um novo modo de vida porque assim o escolheram. Fizeram-no funcionar de muitas maneiras importantes e, se pudessem parar de se desaprovar por um momento, veriam que isso é bem verdade. Não há motivo para se envergonharem da condição de Ruburt. (*Pausa*.) Têm uma vida inteira de crenças atrás de vós que estão em processo de abandono. A própria criatividade que vos rodeia deve ser prova bastante legítima da natureza prática que resulta dos nossos conceitos.

Agora, desejo-vos uma boa noite — com uma nota de rodapé.
Diria que já dei, no mínimo, cinco ou seis sessões sobre a importância do toque ou do ato sexual — a sua importância como expressão natural, como ato criativo — e isso para além dos seus benefícios físicos, libertação de tensões e enriquecimento espiritual.

Uma boa noite carinhosa.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

("Foi bom", disse eu imediatamente à Jane. "Já me sinto melhor.

("Graças a Deus", disse a Jane. "Estou melhor agora — lembras-te de como eu costumava ser sensível? Sentia o meu transe vir ao de cima sempre que falávamos de algo pessoal. Mas eu não fazia ideia do que ele iria dizer. Terei outra sessão para ti amanhã, se quiseres." Eu disse que veríamos — que esta sessão tinha sido excelente, uma grande ajuda.)

NOTAS DA JANE

(*Anexadas à sessão excluída de 24 de Abril de 1979.*)

(*Na noite de 23 de Abril, segunda-feira, o Rob ficou subitamente super-relaxado e muito desleixado antes da nossa sessão programada com o Seth. Entretanto, quando entrei na casa de banho, comecei a captar algumas das coisas que o Seth iria discutir e, depois de o Rob começar o seu estranho relaxamento, captei ainda mais. Da melhor forma que pude, contei ao Rob o que estava a perceber. Decidimos não fazer a sessão — acho que o Rob não conseguiria fazer anotações de qualquer forma; além disso, eu queria que ele aproveitasse o que estava a acontecer.*)

(*Isto é mais ou menos o que eu estava a entender e disse ao Rob, embora provavelmente tenha esquecido alguns detalhes. Que o Rob estava a ter umas "férias corporais", ou seja, o corpo dele estava a tirar férias, a descansar; e que o contraste entre o estado flácido e o estado normal o faria perceber o quanto se mantém tenso… Algo sobre não tirarmos férias… e até nem querermos descansar entre projetos mentais criativos; que o Rob teve os seus problemas de estômago quando precisou de uma pausa… um certo tipo de férias poderia ter evitado isso… mas como preferimos fazer as coisas de forma diferente, temos muitas vezes de organizar mudanças nas nossas vidas… que controlamos… mudanças em casa, na rotina, nos horários… ou até uma semana de folga para cuidar da casa ou do jardim ou seja o que for… A mente, por vezes, cansa o corpo… e então o corpo envia sinais de alerta.*)

(*Devemos considerar essas mudanças como parte da nossa vida profissional, para nos revitalizarmos; caso contrário, afastamo-nos simplesmente porque não somos "criativos" ou "não estamos a trabalhar", ou lá o que seja… até a reorganização dos móveis ou a mudança de divisões inteiras para outras funções pode ser encarada como*

uma espécie de férias e, embora eu me tenha sempre sentido culpada por envolver o Rob em mudanças de mobília, faço-o na mesma. O Seth disse que isso era bom senso e um impulso saudável da minha parte.)

(*A ideia é que, como nos recusamos a tirar férias como os outros [na verdade, antes de eu ser fisicamente incomodada], temos de ter o nosso equivalente, que pode ser qualquer uma das opções mencionadas acima, consoante a altura. Acho que havia muito mais que acabei por esquecer.*)

SESSÃO EXCLUÍDA

24 DE ABRIL DE 1979

(A primeira parte destas notas — conforme indicado — foi escrita depois do jantar, na noite de segunda-feira, preparatória para o que eu achava que seria a sessão normalmente marcada para a noite. No entanto, a sessão não se realizou. Deixem-me explicar.

(No final da tarde de ontem [segunda-feira], recebemos a visita do Larry Dowler, dos Arquivos de Yale. Contou-nos muitas coisas e respondeu — e fez — muitas perguntas. O Seth apareceu brevemente várias vezes, e com muito humor, para responder ele mesmo a algumas perguntas.

Não há lugar para o material de Seth ser guardado. Tens de criar um lugar para ele, pois é único.

(Estes interlúdios não foram gravados, para meu pesar. O Seth expressou a sua vontade de ter o material disponível para o público, mas a Jane e eu estamos muito menos certos disso.

(Gostámos do L. Dowler e veremos o que acontece. Esta manhã marquei uma reunião com o Bill Danaher para amanhã, sobre um testamento. Esta manhã a Jane recebeu a confirmação do Tam Mossman para atuar como executor literário.

(O Tam rejeitou o livro do Stefan Schindler sobre o Seth — fê-lo na semana passada — então, esta manhã, a Jane ligou para a Eleanor Friede para saber se queria analisar o trabalho. Novamente, não. Então a Jane ligou para o S. Schindler com essa notícia; ele, por sua vez, tem "uma lista" de editoras da Costa Oeste que quer tentar, evidentemente a achar que o caminho da imprensa universitária não vai resultar.)

(*Nos últimos três dias, aprendi várias coisas interessantes sobre os meus distúrbios físicos contínuos — e vou listar alguns dos meus*

apontamentos do pêndulo, caso alguma parte desta sessão venha a referir-se a eles. A sessão excluída de 18 de Abril ajudou bastante. As minhas próprias perceções através do pêndulo dizem-me, por exemplo, porque é que o Seth, na última sessão particular, disse que eu tinha um "estômago nervoso", mas nada sobre os outros incómodos, como o lado ou a virilha. [Parece que tudo se origina na dificuldade inicial do estômago. Preciso de estudar mais. Ainda não quero sobrecarregar a Jane com uma série de sessões sobre os meus próprios problemas. Sei que posso — e estou — a resolvê-los. Toda a informação ajuda.)

(*A Jane estava bastante chateada por causa de todo o tempo que perdeu com telefonemas esta manhã, além das visitas do F. Longwell e do H. Wheeler ao meio-dia. Nem consegui fazer grande coisa. Cortei a relva, trabalhei com o pêndulo, ajudei a Jane a andar — ela ainda está a dar passos — e escrevi estas notas. No entanto, as perceções através do pêndulo podem ser mais valiosas.*)

(*Agora, estas notas continuam no final da tarde e noite de terça-feira, antes da sessão.*)

(*São muito mais extensas do que o necessário para as notas de sessão, mas quero o relato mais detalhado possível, para uso meu num futuro indefinido.*)

(*Pouco depois de terminar as notas de segunda-feira, sentámo-nos para a sessão. Eu não estava a sentir-me muito bem. Passados poucos minutos, percebi que estava a ficar bastante relaxado. Sentei-me com o caderno no colo, mas não me esforcei para o abrir. Os meus braços e pernas, a minha cabeça e o meu corpo estavam relaxados. Os braços, pernas, cabeça e pescoço começaram a ficar cada vez mais soltos.*

("Parece que apanhei uma sugestão de relaxamento", disse eu à Jane. "Mas vou ficar bem. Quero fazer a sessão." (disse em resposta às perguntas dela. Ela sentou-se à minha frente, a fumar, à espera de entrar em transe.

(A minha cabeça tombou para trás, contra o sofá. "Uau!"

(Insisti que podia fazer anotações, mesmo quando a sensação se aprofundava. O mal-estar tornou-se mais profundo. Não tinha vontade de escrever o que queria sobre o que estava a acontecer. Na verdade, nem vontade tinha de tirar a tampa da caneta. As sensações eram extremamente agradáveis — e pesadas, mas cada vez mais soltas. Os meus olhos fecharam-se. Fiquei sentado, imóvel, longos minutos, mergulhado num

estado relaxante e muito benéfico. Na verdade, estava a tentar aproximar-me deste estado desde que me comecei a sentir mal depois de rever todas as provas de página dos livros que sairão este ano. Mas quando disse a mim mesmo que queria relaxar, não fazia ideia de que era possível alcançar um estado tão profundo.

(Já o tinha abordado de forma casual através da auto-hipnose: a mesma flacidez pesada nos membros quando me esforçava por me mover. Agora saboreava a experiência porque sentia uma paz profunda e o corpo quase livre de dores. Mas, ao mesmo tempo, queria saber mais. (Mas logo deixei de me importar. O meu estado ficou tão profundamente relaxado que qualquer movimento consciente e deliberado era esquecido, a menos que fizesse um grande esforço — para pegar numa folha de papel, por exemplo, ou para pôr o caderno na mesa de centro.

(Felizmente, tinha posto os gatos na cave antes da sessão para não ter de o fazer depois. A Jane estava, obviamente, preocupada.)
"Estás bem?", perguntava ela, e eu mal respondia. (*Sem dúvida, foi a experiência mais completa deste tipo que já tive, e aprofundava-se cada vez mais.*

(Assim que viu que eu não podia fazer anotações, a Jane começou a descrever-me o que tinha começado a captar do Seth sobre o meu estado. Eu estava muito interessado mas, ao mesmo tempo, tão distante no meu próprio mundo de sensações que mal conseguia comentar. Eu estava a tirar "férias do corpo", disse ela. Ela disse muito mais, o que escreveu brevemente na terça-feira à tarde, a meu pedido. As suas notas estão inseridas no final das minhas anotações. O Seth, disse a Jane, explicaria tudo na próxima sessão, quando fosse realizada.

(A Jane sentou-se no sofá, no lugar do costume, à minha esquerda. A essa altura, eu já estava muito "fora de mim": duvido que me pudesse ter mexido, exceto numa emergência extrema. Enquanto a Jane falava, adormeci várias vezes. Ela disse que eu roncava tão alto que teve de aumentar o volume da TV para ouvir os programas. Nos momentos em que acordava, estava consciente de que o meu maxilar inferior estava sempre a cair, de tal forma que ficava de boca aberta, de um modo nada habitual. Dormi durante períodos de relaxamento profundo, imensamente agradáveis e completamente envolventes. Passado algum tempo, os meus braços começaram a contorcer-se e a saltar espasmodicamente, sem qualquer vontade consciente. Essas reações reflexas continuaram por mais

algum tempo, mesmo mais tarde, à noite, quando comecei a sair dos períodos de sono pesado. Mas, enquanto aconteciam, não me importava nada.

(A Jane, faminta, comeu biscoitos e bebeu um copo de leite que eu havia preparado para mim antes da sessão. Ultimamente, durante as sessões, ela tem bebido vinho tinto. Quando consegui falar com coerência, ofereci-lhe o pedaço de pão de milho que havia preparado com o leite, mas ela recusou. A essa altura, eu já estava consciente o suficiente para ficar sentado com ela durante o saldo de um filme de mistério datado, protagonizado por Rock Hudson. [Ele foi apanhado como o assassino, finalmente.]

(Quando finalmente tentei levantar-me para ir buscar mais leite para a Jane, percebi que a minha situação estava longe de terminar. Cambaleei pela cozinha, dando passos de 15 centímetros com mais do que um pouco de esforço e cautela. Os meus joelhos pareciam estar bem soltos, mas os músculos das pernas estavam pesados e rígidos. Servi mais leite para nós os dois e comi o pão de milho, meio a dormir enquanto fazia essas coisas. Quando decidimos recolher, andei pela casa, a arrumar, limpar e trancar portas e janelas enquanto a Jane se preparava para dormir. Eu podia ter desmaiado alegremente a qualquer momento. Batia contra as paredes e os batentes das portas ou apoiava-me em mesas por minutos a fio. Bocejei profundamente e desejei apenas ir para a cama, várias vezes.

(Quando finalmente me olhei ao espelho da casa de banho, fiquei mais do que um pouco desorientado, pois deparei-me com um rosto que mal reconhecia. Era quase o de um estranho. Finalmente percebi por que razão aquela imagem no espelho me confrontava com uma qualidade tão irreal: todos os músculos e planos do meu rosto estavam super-relaxados e suavizados, de tal forma que o rosto parecia, ao mesmo tempo, mais jovem e mais velho do que a sua idade real. O maxilar estava suspenso. No quarto, murmurei à Jane que não me tinha reconhecido.

(O meu estado persistiu — senti-me como um corredor de longa distância a chegar à meta. Estava envolvido numa competição para ver se conseguia ajudar a Jane a preparar-se para dormir, acertar o despertador e o cobertor elétrico, apagar as luzes do quarto e abrir as cortinas e a janela — tudo isso antes de cair deitado na cama. Na verdade, perdi o equilíbrio duas vezes enquanto a ajudava a despir-se e, em ambas, caí na cama ao lado dela, para a sua evidente preocupação. Esses episódios

também não foram indolores, pois numa delas fiz uma tensão não natural no músculo deltoide do meu ombro direito. [Tinha magoado o ombro no verão passado ao puxar o cabo de arranque do corta-relva; desde então, incomoda-me, embora não de forma constante.] A dor era intensa, embora não tão forte como quando magoei o músculo pela primeira vez. Esforcei-me para acordar o suficiente para tirar a pressão do braço; tinha receio de o magoar novamente. Portanto, mesmo naquele estado de relaxamento profundo, no qual só conseguia mover-me com esforço e concentração, aprendi algo que não percebi completamente na altura: mesmo estando longe, numa espécie de "viagem", eu ainda podia sentir dor. Os meus músculos não estavam a curar-se por magia, nem eu estava a passar por qualquer tipo de cura geral que pudesse confundir as minhas próprias crenças ou as da ciência médica. Não que eu achasse que estava…

(Mas, mesmo assim, sabia que estava a ter uma experiência muito benéfica e que poderia muito bem evitar outros problemas mais profundos. Percebia isso com toda a clareza. Acreditei no material da Jane-Seth sobre eu estar de "férias corporais". Era impossível não acreditar, considerando que me sentia tão mal desde o início do mês e que estava muito melhor agora. Só esperava que mais resultados benéficos viessem da experiência e fiquei chocado com o facto de estar tão mal, tão "apertado", ao ponto de o meu corpo precisar de um alívio tão drástico.

(Adormeci imediatamente, embora a Jane tenha ficado acordada até cerca das duas da manhã. Senti muitas recordações e resquícios da experiência durante o dia seguinte — terça-feira — especialmente nos braços e nas pernas: estavam sempre soltos e frouxos, com uma leveza peculiar e facilidade de movimento, principalmente nas articulações. A meu pedido, a Jane escreveu o seu relato sobre os acontecimentos da noite passada, fora da sessão, que está anexado. Notei mais sinais do mesmo tipo de relaxamento antes. A sessão desta noite estava prevista e eu perguntava-me se conseguiria concentrar-me no Seth com clareza suficiente ou escrever com rapidez suficiente. Depois de várias hesitações, que só confundiram a Jane quanto ao que eu realmente queria fazer, sentei-me para a sessão.

(Vou inserir aqui a nota de que falámos com o Bill Danaher sobre um testamento esta manhã.)

Boa noite. Bem, algumas observações de vários pontos de vista. Antes de mais, uma nota histórica: o material que o Ruburt obteve sobre ti por

conta própria foi excelente, embora inacabado. Tu olhaste para o mundo e viste que ele estava carente. Ansiavas por dar-lhe alguns padrões de excelência — padrões, no entanto, que pudessem ser aplicados a todas as áreas da vida, aos relacionamentos pessoais, à política, aos acontecimentos sociais, ao pensamento filosófico. Querias iluminar o mundo de alguma forma. Vias a tua família como uma pequena amostra dos povos do mundo, e as suas inter-relações entre si e com a vizinhança como representativas do relacionamento da maioria das pessoas com o mundo.

Tinhas pena dos teus pais. Desejavas ajudar ambos, tal como querias ajudar os teus irmãos. Essa parte de ti existia de forma bastante íntima nos teus pensamentos, ao mesmo tempo que achavas difícil comunicar-te com os membros da família em geral e ficavas impressionado com a grande lacuna de comunicação que parecia existir entre as pessoas mais relacionadas. Por um lado, procuraste a tua versão do que era esperado de ti. Foste para a escola, tornaste-te um artista comercial e saíste-te muito bem nisso. Agora, tu gostavas desse trabalho, Joseph — não apenas por causa da arte, mas por causa da comunicação que estava envolvida. Especialmente quando desenhavas animais, podias usá-los como símbolos de virtudes nobres mas, de qualquer forma, era o meio de comunicação, uma comunicação que, até certo ponto, podia superar os problemas emocionais específicos que as pessoas poderiam estar a ter num determinado momento. No entanto, ficaste descontente e dedicaste-te às artes plásticas. No entanto, mesmo essas artes envolviam uma natureza altamente específica. O mundo das galerias de arte é altamente esotérico no seu próprio estilo. Além disso, ainda estavas em busca de alguma direção que te permitisse a maior oportunidade de proporcionar pelo menos um vislumbre do tipo de excelência que sempre tiveste como ideal na tua mente.

Esse ímpeto sempre esteve contigo nesta vida. Sentiste certas características no Ruburt quando se encontraram pela primeira vez e sabias intuitivamente que certas probabilidades poderiam unir-vos, ambos usando as vossas habilidades individuais de formas até então desconhecidas para ti, mas que essas habilidades individuais, unidas, poderiam produzir um novo tipo de limiar — uma visão geral através da qual essa excelência sentida poderia pelo menos ser vislumbrada, contida em essência e comunicada. É a comunicação do ideal de excelência que é tão importante para ti. Inicialmente, antes desta vida, também querias obter algum tipo de visão

geral que unisse as artes e que introduzisse um novo tipo de arte psicológica. Sugeriste o livro ESP — dificilmente uma coincidência. Dificilmente mesmo, pois intuitivamente sabias para onde isso te levaria.

Vocês os dois não têm filhos, mas, de facto, não têm apenas filhos mentais, são — se me permitem o termo — pais psíquicos ou mentais de muitos milhares de pessoas. Tudo isto afeta diretamente algumas das vossas ideias sobre o sucesso em termos normais, e as vossas habilidades encaixam-se de maneiras diferentes das que planearam originalmente.

(Longa pausa.)

Vocês os dois misturaram e combinaram as vossas características de tal forma que, juntos, formariam um tipo completamente novo de criação, em termos de arte e psicologia, e isso estava destinado a produzir expansões das vossas consciências, além de tensões e atritos, quando se depararam com partes das vossas ideias que não tinham crescido juntamente com o resto de vocês. As sessões, tal como existem, existem por causa das vossas ações e das ações de Ruburt. Agora: a interpretação de Ruburt sobre a minha ausência na sessão da noite passada estava, basicamente, correta.

Quando acreditas que o relaxamento significa que estás mole, que não consegues fazer nada, que estás solto (*com humor*), então, é claro, vives isso dessa forma. O teu corpo foi ativado de modo a ficar naturalmente sedado. Para ambos, no entanto, o relaxamento significa, de alguma forma, ser frouxo, arrastar-se (*voz mais firme*), em vez de ser resoluto e determinado e continuar sempre assim; por isso, o relaxamento natural pode parecer esmagador, pois ambos têm medo de que, se relaxarem, não façam nada. A certa altura, o teu corpo não quer saber. Ele relaxa-te de qualquer forma. Agora, o Ruburt tem versões muito mais leves, nas quais, digamos, as tensões diárias ou semanais já não se acumulam como antes, o que lhe permite alguma melhoria física — mas ele também sente que, se relaxasse mesmo, só lavaria a loiça ou qualquer outra coisa.

O mundo dificilmente cairia se nenhum de vocês fizesse absolutamente nada durante vários dias. No entanto, o corpo relaxado, o corpo realmente relaxado, pode ter um desempenho físico muito melhor do que o corpo tenso. Pensamentos sobre o testamento e a proximidade do teu aniversário de cinquenta e sessenta anos levaram-te, Joseph, a olhar para a tua vida e a perguntar: "O que fiz eu? Sou um sucesso ou um fracasso?" Mas quando fazes isso, muitas vezes fazes a pergunta através de velhas

crenças convencionais. Se perguntares: "O mundo é um lugar melhor para viver porque eu existo?", ou "Ajudei as pessoas no mundo de alguma forma?", ou "Elevei o coração ou a mente das pessoas de alguma forma?", ou "Amei ou afetei os outros para melhor?", então essas respostas devem ser sim — e não há melhor medida do verdadeiro sucesso.

Tens sido um parceiro bom e verdadeiro para o Ruburt — e de facto tens sido. Embora não tenham filhos, vocês os dois têm, na verdade, uma relação única e isso, por si só, já é uma conquista. Cada um de vocês deu significado à vida do outro porque cada um também o procurou separadamente. És uma pessoa talentosa na pintura e na escrita, e as características que também te conferem essas capacidades fundem-se para formar a estrutura das sessões e a excelente qualidade das anotações — nas quais, a propósito, comunicas aos outros com grande clareza essas ideias de excelência e essas visões que sustentam muitos leitores. Não sou dado a lisonjas. Mas estas são declarações de factos que devem ser reconhecidas como tal. Fim da sessão.

("Muito obrigado, Seth.")

Uma observação: quero que se recordem da versão do Ruburt da sessão de ontem à noite e sigam as minhas sugestões sobre mudanças que podem servir como variações — variações de trabalho — para permitir que descansem e se revigorem. Trabalhem, por exemplo, talvez quantas horas quiserem ou puderem — mas mudem completamente o horário de trabalho, ou trabalhem como de costume, mas mudem a disposição dos móveis, ou transformem as divisões em funções diferentes — ou o que for — mas permitam essas mudanças nas rotinas gerais. Elas revigorar-vos-ão.

("Ok.")

(10:09 PM. "Antes da sessão." A Jane disse: "Eu disse ao Seth que queria fazer o que fosse preciso para te ajudar. Não me importava com o que fosse. Ficaria fora do caminho o máximo possível. Se estivesses cansado de mim, ou quisesses sair — o que fosse — eu só queria saber para que melhorasses. Sei que me amas, mas talvez estejas farto de eu comandar a tua vida ou algo assim."

(A Jane disse mais. Foi tão enfática e séria que tive de rir, embora de forma moderada, pois ainda sentia os efeitos persistentes do meu relaxamento profundo da noite passada. Estava, por exemplo, um pouco lento a escrever estas notas — mas, estranhamente, consegui acompanhar o ritmo do Seth durante a sessão.

(Gostaria de observar que a Jane continua com a sua melhoria física constante, embora lenta. Disse-lhe que os joelhos, especialmente, mostram agora um aumento notável na flexibilidade. Ela faz os seus exercícios religiosamente duas vezes por dia.)

SESSÃO EXCLUÍDA

30 DE ABRIL DE 1979

(Antes da sessão, a Jane leu a carta de D. R. Moorcroft, o professor de Física que lhe escreveu uma carta tão bonita no dia 3 de Abril. Ela dividiu a carta em perguntas; o Seth poderá abordar algumas delas hoje à noite. Achámos que a carta do professor Moorcroft estava muito bem escrita. O Seth refere-se à primeira pergunta que a Jane assinalou, e esse material também é apresentado na 849ª sessão, além de estar incluído aqui.

(Quanto a mim, sinto-me um pouco melhor do que estava até agora neste mês. O cerco parece interminável. Não fiz muitas perguntas ao pêndulo desde as últimas que registei a 21 de Abril. O meu estômago ainda incomoda, mas num nível muito reduzido; a virilha/testículo esquerdo parece estar quase limpo, por vezes; ocasionalmente, o desconforto também regressa, mas de forma muito mais branda. O que estou a tentar fazer é deixar que as informações que o Seth me deu nas últimas sessões excluídas, começando com a de 4 de Abril, sejam absorvidas para que eu possa fazer uma síntese de tudo isso, consciente e inconscientemente.

(Acho que o material é muito perspicaz e que posso ter começado a alcançar algum tipo de equilíbrio entre os dois homens, ou conjuntos opostos de crenças, que o Seth descreveu tão bem na sessão eliminada de 18 de Abril. (É essencial que essas crenças conflitantes sejam resolvidas pela personalidade, e estou determinado a fazê-lo. Acho que as melhorias físicas observadas são os primeiros sinais de que posso obter os resultados que desejo.

(Como disse à Jane ontem à noite, não percebi que estava tão preso, tão atado a tensões e stresses, que estava pronto para adoecer por causa desses conflitos básicos com a autocrítica, o papel de homem provedor, dinheiro, impostos e toda a parafernália diária da vida. Tive vários encontros menores com efeitos de relaxamento desde o grande encontro de 24 de Abril — o último foi ontem à noite. Apreciei todos eles. Também tenho dormido bem há algum tempo. Os meus sonhos, pelo menos aqueles

de que me lembro, também refletiram esforços de reconciliação de crenças e medos opostos e por aí fora. Nesse meio tempo, deixei-me levar, sem trabalhar arduamente em nenhuma direção, relaxando enquanto trabalhava nos arquivos, no quintal, fazendo compras, pintando ou o que fosse. A frase que mais me impressionou em tudo isto, talvez, foi a citação do Seth para o meu próprio corpo, dada por ele na sessão excluída de 18 de Abril: "Preocupas-te demais. Precisas relaxar, para que eu possa relaxar."

(O telefone tocou às 20h45 enquanto eu fazia estas notas. Quem ligava era o Larry Dowler, dos Arquivos de Yale. Querem o material do Seth e os documentos relacionados. Ainda há muitas questões a resolver, pois ainda não vimos o testamento que o Bill Danaher está a elaborar para nós. Temos de resolver a questão da acessibilidade pública, entre outras.

(O LD explicou algumas coisas, sugerindo, entre elas, um comité, talvez, para selecionar candidatos qualificados para o material. Tudo se resolverá.) "Não posso acreditar", disse a Jane várias vezes enquanto conversávamos. Certamente não esperávamos uma aceitação tão direta e tão rápida após a visita do LD na semana passada [domingo, dia 22]. O LD ou a secretária dele irão escrever. Vai para o hospital para uma cirurgia ao joelho dentro de alguns dias.

(Tudo isso atrasou a nossa sessão até às 22h07. A essa altura, a Jane disse que já não se lembrava muito bem da carta do Professor Moorcroft, mas eu disse-lhe que isso não tinha importância. "Ainda estou arrasada por causa de Yale", disse ela. Comentou mais do que uma vez sobre o facto de não ter conseguido ganhar o prémio de Yale para poetas jovens nos anos anteriores, sobre o facto de o Tam frequentar Yale e por aí fora. "Pensei que teríamos uma semana tranquila, com algumas sessões sobre Realidade de Massa, talvez, mas agora, quem sabe?"

(Eu não achava que algo imediato fosse acontecer, disse-lhe eu, nem esperava que a sessão desta noite fosse sobre mim. A Jane, compreensivelmente, tinha dúvidas quanto ao reconhecimento, agora que Yale se mostrava disposta a aceitar o seu trabalho. Ou seja, pelo menos a rejeição não estava implícita, mas devo admitir que nós os dois somos muito cautelosos em relação à expectativa de qualquer tipo de aceitação real através da academia; certamente não nos dias de hoje. O nosso principal objetivo em encontrar um lar para o material de Seth — ou para uma obra de vida, na verdade — é a preservação para uso futuro. Não

achamos que Yale tenha grande noção do que está envolvido nas capacidades da Jane ou no tema do material de Seth.

(Finalmente: "Estou quase pronta", disse a Jane.)

Boa noite. Vocês criam a vossa própria realidade. As vossas melhores capacidades procurarão sempre expressar-se, independentemente dos mal-entendidos que possam ter a seu respeito ou das barreiras que, aparentemente, vos sejam impostas pela família ou pela sociedade. Uma parte de vós ergue-se para dizer sim quando as vossas melhores capacidades se manifestam, de qualquer forma. Mais tarde, poderão perceber que muitas das vossas próprias decisões ou ações, que antes pareciam desvantajosas e pelas quais se repreenderam, foram na verdade aquelas que ajudaram a chamar a vossa atenção para as vossas verdadeiras capacidades. Por um lado, as nossas sessões eram algo que faziam para além de outras coisas que achavam que deviam fazer, ambos.

Consideravam-se escritores e artistas. No entanto, uma vez iniciadas as sessões, continuaram a realizá-las, perguntando-se muitas vezes se deveriam ou não — estou a falar de vocês como equipa — sem perceber que tinham encontrado o veículo que extrairia o melhor de ambos. (*Pausa.*) Os vossos eus espontâneos nessa área, relativamente falando agora (*sublinhado duas vezes*), tiveram permissão para se expressar. A criatividade não foi inibida por uma forma específica, mas (*mais alto*), de uma maneira única, foi libertada da forma. Foi-lhe permitido ultrapassar os limites da pintura ou da escrita, escapar até mesmo dos quadros temporais das vossas personalidades atuais e formar uma estrutura psíquica ou psicológica original — uma nova arte psicológica, se preferirem — que não poderia ser contida em nenhuma das artes tal como são conhecidas.

Eram suficientemente livres para serem ousados e assumiram essa tarefa por curiosidade e admiração próprias. (*A voz de Seth ainda estava um pouco mais alta do que o normal.*) Não comecei a escrever livros, mas a falar convosco para o vosso próprio esclarecimento. Se eu tivesse começado a escrever livros, o Ruburt teria ficado horrorizado, achando que eu estava a invadir a sua área. Nessa parte das vossas vidas, porém, e relativamente falando novamente, permitiram que os vossos eus criativos e espontâneos tivessem alguma liberdade. Portaram-se de forma galante *(com diversão)* e muito bem. No início, as sessões eram privadas.

Agora alcançaram outras dimensões, como era o vosso objetivo. Mas no que diz respeito às sessões em si, quero enfatizar a facilidade com que

elas ocorrem naturalmente, a ausência de tensão. Permitem-se ser. *(Pausa às 22h29.)* Uma vez iniciadas, as sessões acontecem. Compare isso com as vossas atitudes conjuntas relativamente ao "vosso outro trabalho", com as dificuldades envolvidas, a necessidade de ter absoluta certeza do que estão a fazer, de ter o plano pronto e de saber tudo de antemão. Essas ideias inibem a criatividade.

(Para mim:) O teu corpo queria relaxar, mas acreditavas que o relaxamento, nessas circunstâncias, era errado e, muitas vezes, quando começavas a relaxar no passado, apertavas automaticamente a gravata, tal como outra pessoa poderia endireitar a gravata para parecer mais apresentável. O relaxamento conduz à espontaneidade. Permite-te ser livremente quem és. Quando estás tenso, bloqueias a espontaneidade mental, psíquica e artística; quando relaxas, ficas aberto a eventos intuitivos. A tua experiência de relaxamento (*há uma semana*) permitiu que o teu corpo se libertasse. O corpo relaxado envia hormonas e substâncias químicas equilibradas que influenciam os processos de pensamento, modulam o humor e permitem momentos de profundo contentamento e momentos de euforia.

Quando o corpo fica demasiado tenso, as reações são exageradas em certos aspetos, provocando desânimo ou depressão. Quando necessário, essas reações têm por objetivo mostrar à personalidade que mudanças são necessárias. Deverás ter mais desses períodos de relaxamento em graus variados, à medida que o teu corpo se reorganiza. Em alguns momentos, terás mais vontade de atividade física do que o normal e, noutros, apenas de relaxar. A mente funciona da mesma forma, seguindo os seus próprios ritmos, percorrendo o terreno mental a um ritmo incrivelmente rápido em certas ocasiões e, noutras, desejando mudança ou descanso. (*22h39.*) Dá-nos um momento... descansa a tua mão. (*Uma pausa de um minuto.*) Tens perguntas sobre este material?

("Não...")

Estás a ir bem. Dá ao nosso amigo alguns cigarros... (*22h42.*) Um breve início da questão um (*da carta do Professor Moorcroft*). Dá-nos um momento... Quase sempre há variáveis ocultas, mas aqui têm pouca importância. Toda a partícula visível ou invisível tem consciência, de acordo com a sua própria escala de realidade. Cada partícula, visível ou invisível, é energia conscientizada. É muito difícil de explicar, mas, como unidades de um computador multidimensional, cada partícula visível ou

invisível transporta dentro de si o conhecimento de todas as outras partículas, incluindo as suas posições e as suas prováveis posições. Cada uma opera dentro do campo de probabilidades e "toma as suas decisões" com base nessa informação incorporada. Existe, portanto, um fluxo quase instantâneo de informações entre todas estas partículas. (*Pausa.*)

A posição de uma não pode ser determinada antecipadamente com certeza na vossa estrutura de referência, digamos, na situação do protão, porque o protão está a receber uma enxurrada de informações que não estão disponíveis para vós a nível consciente e que não estão disponíveis para os vossos instrumentos. Essas mesmas informações estão disponíveis a nível celular (*pausa*) e para as partículas mais pequenas que compõem os corpos dos experimentadores e a estrutura dos instrumentos. (*Pausa.*) Sei que isto tem pouco valor prático para ti. (*22h53.*) Dá-nos um momento... (*Longa pausa.*) Uma observação muito breve em termos de pequenas mas significativas ligações com o Plano subjetivo: as tentativas do Ruburt de ganhar o prémio de Yale, os estudos do Tam em Yale e a tua experiência atual com os documentos — isso sugere simplesmente a ligação de pistas envolvidas com probabilidades, um tema interessante que abordarei em algum momento. O Ruburt está atónito. Estou satisfeito e desejo-vos uma boa noite. A menos que tenhas alguma dúvida...

("Não, acho que não."

(Como Seth, a Jane acenou com a cabeça, encerrando a sessão. ("Boa noite, Seth." A Jane ficou surpreendida com o fim tão rápido da sessão.

(Depois do jantar, ela tinha pedido ao Seth material sobre o seu livro, o último, e assuntos pessoais, segundo ela — tudo antes do telefonema de Yale. Só podia especular que o "assunto de Yale" tivesse algo a ver com a sessão curta, embora não tivesse consciência disso. Tínhamos combinado que a sessão se estenderia até à meia-noite, se fosse assim que se desenvolvesse.
(E senti outra experiência de relaxamento — mais suave do que a da semana passada — a aproximar-se.)

SESSÃO 80 (PARTE APAGADA)

2 DE MAIO DE 1979

(Este material é da 850ª sessão.)

(Continuo a sentir-me melhor, embora não esteja totalmente recuperado de forma alguma. Os meus problemas físicos desaparecem por períodos razoavelmente longos e, em seguida, volto a ter consciência de um ou outro problema. No entanto, tudo está muito mais moderado. Ainda leio o material excluído para mim mesmo na maioria dos dias, pinto um pouco, faço tarefas domésticas, trabalho nos arquivos, no quintal, ajudo a Jane, registo sonhos — mas tento fazer tudo isto a um ritmo calmo, confiando que continuarei a reconciliar crenças opostas e a ver mais melhorias físicas e criativas. No momento em que escrevo, ainda sinto um retorno ocasional, embora leve, do primeiro relaxamento maciço de 24 de Abril: muito agradável. Também criei o hábito de repetir a frase do Seth sobre o meu próprio corpo, tal como ele a deu na sessão eliminada de 18 de Abril: "Preocupas-te demais. Precisas relaxar, para que eu possa relaxar". Considero essa sugestão, dita diariamente, muito poderosa.)

O intervalo acabou. Observações: és perfeitamente capaz de lidar com os acontecimentos da tua vida e com o stress diário. Ele atua como um estímulo natural. O que o corpo não consegue suportar hoje é o stress provocado pelo stress imaginário ou pelos problemas que poderá ter de enfrentar amanhã, na próxima semana ou daqui a 20 anos. Assim, não estás a permitir que ele atue no presente. Procuras, em probabilidades futuras, circunstâncias desagradáveis — ou talvez as mais desagradáveis — e, na verdade, exiges que o corpo lide com esse estímulo agora (*todos atentos*).

Mais uma vez, os significados são importantes. Se um acontecimento desagradável hoje te faz pensar automaticamente em outros 20 que podem acontecer no futuro e ficas a pensar neles, então confundes irremediavelmente o teu corpo. Ele não encontra no presente nenhuma justificação de facto para essas interpretações, enquanto os teus pensamentos agem como se essas situações estivessem à tua frente, para serem enfrentadas. O stress ocorre quando o corpo não sabe como reagir e, por isso, não consegue reagir sem problemas. Estás a ir bem, e dedicarei algum tempo ao Ruburt — mas voltaremos ao livro uma vez por semana. Pois (*mais alto*) quando não o fizermos, isso, por si só, causa stress. Desejo-te uma boa noite, com muito carinho.

("Obrigado, Seth. O mesmo para ti. Boa noite.")

SESSÃO 851 (PARTE APAGADA)

7 DE MAIO DE 1979

(Este material foi extraído da 851ª sessão. Sugiro que a parte regular da sessão seja lida em conjunto com o que se segue, pois as duas partes complementam-se bem. No entanto, não quis que toda a sessão fosse arquivada como material excluído, porque a outra parte tem boa aplicação geral.

(Nos últimos dias, fiz pouco trabalho "criativo", além de trabalhar no meu retrato em aguarela da Sra. Johnson, tema do meu sonho de Novembro passado, por uma ou duas horas de manhã; depois, à tarde, digitei estas sessões e escrevi as notas necessárias para o registo. Trabalhei bastante no quintal — parece ser uma atividade muito terapêutica neste momento — e fiz o arquivamento. Sinto-me consideravelmente melhor, para grande alívio meu, embora o estômago ainda não esteja tão limpo como eu gostaria.

(O desconforto na região da virilha e dos testículos está muito mais leve e, por vezes, totalmente ausente, e acredito que a leitura constante do material particular recente do Seth para mim tenha ajudado muito nesse aspeto. Também comecei a usar imagens mentais nesse campo e continuarei a fazê-lo por algum tempo; acho que não há razão para não ser eficaz também. É algo que negligenciei bastante em períodos anteriores de desconforto. Ainda não voltei a usar o pêndulo. Li a oração da Jane para ela e as resoluções de Ano Novo do Seth para mim. Quanto mais as estudo, mais percebo o quão boas são.

(Acho que o material particular desta noite foi transmitido, pelo menos em parte, porque hoje relembrei à Jane as referências do Seth a ela em sessões particulares recentes. Refiro-me aos comentários dele sobre o constrangimento dela, nos primeiros dias, por ganhar mais dinheiro do que eu [ver sessão eliminada de 16 de Abril de 1979, página 97], e que, nos anos posteriores, os sintomas serviram para nos proporcionar uma sensação de separação do mundo, por várias razões [ver sessão eliminada de 18 de Abril]. O Seth já abordou estas questões nas sessões excluídas que se seguem, especialmente as de 30 de Abril e 2 de Maio, e estende a sua abordagem esta noite em resposta às minhas últimas perguntas.)

O Ruburt está a sair-se bem com as caminhadas e está cada vez mais consciente do relaxamento de várias partes do corpo. Na verdade — na verdade — o seu corpo pode curar-se sozinho de um dia para o outro. Tudo isto resume-se ao que tenho dito incessantemente (*sussurrando*) sobre confiar no eu espontâneo — pois, em termos simples, não precisas de pouca mobilidade como método de trabalho por motivo algum, se confiares no eu espontâneo nas tuas relações com a personalidade consciente e com o mundo. É claro que, até certo ponto, a condição envolve-vos aos dois nas vossas relações sociais com o mundo. O Ruburt acredita na economia, e a condição parecia cuidar de muitos problemas possíveis diferentes, para ele e para ti também. Ambos sabiam que eram diferentes e, independentemente de as sessões terem começado ou não, as vossas mentes eram excecionalmente exploratórias. Mantinham o mundo a uma distância segura.

O Ruburt não sabia, tal como no passado, a que o eu espontâneo poderia conduzir. Os sintomas serviram para o abrandar psiquicamente, enquanto considerava mentalmente a sua posição. À medida que se tornou conhecido, serviram para manter o mundo afastado de ambos. Serviram para mostrar por que trabalhavas em casa ou não vendias o teu trabalho em galerias: tinhas de cuidar do Ruburt. Evitaram que tomassem decisões intermináveis sobre quem veriam ou se sairiam em digressões. Reduziram a vida às vossas necessidades. Eram a versão do Ruburt de alimentos saudáveis, abstinência, e assim por diante, à maneira de Nearing, e ambos concordaram com tudo isso até certo ponto. Se confiares no eu espontâneo, então automaticamente não precisas dessa estrutura, mas tens de aprender a permitir-lhe expressão. A ideia do Ruburt de consultar o seu psiquiatra (*Dr. Beahrs*) é boa nesse sentido.

Não tenham tanto medo, nem tu nem ele, de cometer erros ou de passar uma ou duas noites difíceis. Nesta vizinhança (*gesticulando*), os sintomas do Ruburt eram também uma declaração social para os vizinhos em geral, no novo ambiente: melhor do que um bilhete na porta, era um sinal de que nenhum de vocês deveria ser incomodado, mas ignorado. E, novamente, até certo ponto, ambos concordaram. *(22:15.)* Agora: podes expressar as mesmas afirmações de outras formas, estando disposto a tomar decisões com base nelas: "Sim, quero fazer isto. Não, não quero fazer aquilo", em vez de te dares uma desculpa genérica, como o Ruburt fazia. Nenhum dos dois queria, na verdade, ter liberdade para fazer viagens, para

estar numa posição onde precisassem decidir se queriam ou não falar aqui ou ali. Além disso, o Ruburt tinha as suas próprias preocupações com a espontaneidade e a disciplina.

Ele está a sair-se bem. Pode fazer muito melhor, e a forma de começar é permitir que o eu espontâneo tenha o máximo de liberdade possível no dia-a-dia e confiar na sua expressão — sabendo que conhece as suas necessidades psíquicas e criativas, as suas necessidades físicas, sociais e financeiras, e que todas elas podem ser satisfeitas. Novamente, até certo ponto (*sublinhado*), queriam uma estrutura que vos permitisse aquilo que consideravam liberdade para trabalhar. O Ruburt está a aprender que até ele foi longe de mais, mas quero que ainda pensem nos sintomas como uma estrutura bem-intencionada, mas distorcida, que pode dissolver-se — e pode dissolver-se de um dia para o outro, quando o Ruburt perceber que já não é necessária nem desejada.

É um método que tentou, mas não funcionou porque anulou os seus próprios objetivos. Não quero que ele se sinta culpado por isso. Estás a ser ajudado e incentivado, é claro, por causa das antigas crenças da sociedade, onde a doença é um método de procedimento bastante aceite, onde é considerada normal. É um método, por isso, que pertence a essas velhas crenças e deve ser abandonado com elas. Isto funcionou durante algum tempo como forma de evitar distrações, mas a personalidade já não precisa desses "auxílios" artificiais. Esta sessão deve ter grande valor neste momento específico, mas não quero que te detenhas nas razões da condição.

Em vez disso, quero que o Ruburt dê ênfase à expressão do eu espontâneo. Há muitos métodos do teu ponto de vista, alguns melhores do que outros, naturalmente; e o que estou a dizer esta noite dirige-se, em grande parte, a ti, com o meu conhecimento dos teus pontos de vista. Em termos ainda mais amplos, cada experiência de vida é única, de modo que é literalmente impossível colocar rótulos como "positivo" ou "negativo" em qualquer aspeto da experiência, por isso tem isso em mente também. De qualquer forma, há algumas coisas boas a caminho que te vão animar consideravelmente e, entretanto, desejo-te uma boa noite.

("Obrigado.")

Tens alguma pergunta?

("Não, cobriste as perguntas que eu tinha em mente.") (*sussurrando, com diversão*) Achei que sim. Boa noite.

(22:30. Acho que a sessão pode muito bem ser muito importante para nós os dois e não é coincidência que tenha surgido agora. A Jane continua a melhorar nas suas caminhadas — já caminha até 12 vezes por dia, com a ajuda da sua mesa de digitação —, de modo que parece que recuámos perante a perspetiva de ela se tornar tão inativa ao ponto de deixar de se levantar. Essa perceção tinha de vir antes que qualquer outra coisa pudesse ser feita, é claro — por isso, a sessão de hoje e as perguntas que temos feito ultimamente sobre os sintomas parecem ter chegado no momento certo.)

SESSÃO 852 (PARTE APAGADA)

9 de maio de 1979

(O material seguinte é da sessão nº 852.
(22:41.) Dá-nos um momento… Que o Ruburt leia novamente a última sessão. Ajuda-o a confiar no "eu" espontâneo e, como verás, estas ideias são de facto diretamente opostas às das vossas formações, por isso não sejas impaciente.

O medo do próprio "eu" pode levar as pessoas às experiências horrendas mencionadas na sessão desta noite, portanto estão a trabalhar com ideias revolucionárias e a tentar aplicá-las ao quotidiano.

(Para mim:) Estás a ir bem, e ideias e crenças estão a trocar de lugar na tua mente, para bom efeito. E agora despeço-me com uma afetuosa boa noite.

(22:45.)

SESSÃO 853 (APAGADA)

14 de MAIO de 1979

(Uma cópia desta sessão também está a ser colocada no caderno excluído, pois gostaria que ela fosse incluída em ambas as categorias. Acho que contém material geral excelente que, como disse à Jane, temia que não fosse visto por ninguém se ficasse arquivado exclusivamente como material particular. Nenhum de nós tinha perguntas para o Seth em particular. Ou seja, eu disse: "Podia fazer 5.000 perguntas, mas não planeei nenhuma para esta noite". A Jane disse que podíamos ter "apenas um livro de perguntas e respostas sobre o Seth" — um livro composto apenas por esses ingredientes, sem o formato de sessão formal. "Mas a editora iria querer que fosse organizado por assunto ou apresentado de

forma ordenada", respondi, ao que ela franziu o sobrolho perante o trabalho que isso poderia envolver: "Mas podes fazer tudo isso depois de termos o material."

(Na verdade, a sessão desta noite surgiu a partir de vários insights que a Jane expressou nos últimos dias e de alguns efeitos de relaxamento que se seguiram a vários deles. "Mas agora estou apenas à espera", disse ela, impaciente, às 21h40, depois de estarmos sentados desde as 21h25, mais ou menos. "Isto irrita-me muito. Aqui estava eu pronta para começar mais cedo." Em seguida, emendou: "Fico irritada porque sinto que estou num estranho estado subjecivo intermédio. Não é confortável — quero ser uma coisa ou outra, talvez.")

Boa noite.

(*Finalmente, devagar, mas, estranhamente, com ênfase*)

("Boa noite, Seth.")

O ditado fica para quarta-feira. Quero fazer alguns comentários. De um modo geral, a criatividade tem conotações femininas na vossa sociedade, enquanto o poder tem conotações masculinas e é amplamente considerado destrutivo. Os vossos cientistas são, em geral, orientados intelectualmente, acreditando na razão acima das intuições, assumindo como certo que essas qualidades são opostas. Não conseguem imaginar (*pausa*) a fonte criativa "inicial" da vida, pois, nos vossos termos, isso recordar-lhes-ia a base feminina da criatividade. No âmbito desta discussão, apenas agora, têm um universo masculino.

É um universo dotado de características masculinas, tal como aparecem nas orientações homem-mulher da vossa história. O universo parece não ter significado porque o "intelecto" masculino, por si só, não consegue discernir o significado, já que não deve dar nada por certo. Mesmo que certas características do universo sejam mais evidentes, devem ser ignoradas. (*Pausa*.) Deves compreender que sei que os termos masculino e feminino aqui estão a ser usados como são geralmente entendidos, e não têm nada a ver com as características básicas de cada sexo. Nesses termos, o intelecto orientado para o homem quer ordenar o universo, nomear as suas partes, e assim por diante. No entanto, quer ignorar os aspetos criativos do universo, que são evidentes por todo o lado e, antes de mais, acredita que deve divorciar-se de qualquer evidência de sentimento. Na vossa história, têm um deus masculino de poder e vingança, que matou os vossos inimigos por vós. Têm um deus preconceituoso que,

por exemplo, matará os egípcios em nome dos judeus para retaliar a crueldade anterior dos egípcios. O deus masculino é um deus de poder. Não é um deus de criatividade. Agora, a criatividade sempre foi a ligação mais próxima da espécie com a sua própria fonte, com a natureza do seu próprio ser.

Através da criatividade, a espécie sente Tudo O Que É. No entanto, a criatividade segue um conjunto de regras diferente. Desafia as categorias e insiste na evidência do sentimento. É uma fonte de revelação e inspiração — mas a revelação e a inspiração não lidam, inicialmente, com o poder, mas com o conhecimento. Então, o que acontece frequentemente na vossa sociedade quando homens ou mulheres têm tendências criativas e boas mentes?

A Igreja Católica ensinava que a revelação era perigosa. A obediência intelectual e psíquica era o caminho mais seguro, e até mesmo os santos eram ligeiramente suspeitos. As mulheres eram consideradas inferiores, sobretudo em questões de religião e filosofia, pois aí a sua criatividade poderia ser mais perturbadora. As mulheres eram vistas como histéricas, estranhas ao mundo do pensamento intelectual, influenciadas por emoções femininas incompreensíveis. Deviam ser tratadas desgastando a sua energia através de partos contínuos.

O Ruburt era altamente criativo e, por isso, seguindo as crenças da sua época, acreditava que deveria vigiar a sua criatividade com muito cuidado, pois estava determinado a usá-la. Decidiu desde cedo não ter filhos — e mais, lutar contra qualquer indício de feminilidade que pudesse manchar o seu trabalho ou confundir a sua dedicação a ele. Ele amava-a profundamente, e ainda ama, mas sempre sentiu que tinha de seguir uma linha ténue para satisfazer as várias necessidades e crenças que ambos tinham, de uma forma ou de outra, bem como aquelas que acreditava que a sociedade mantinha. Era criativo, e é.

No entanto, achava que as mulheres eram inferiores e que as suas próprias capacidades o tornavam vulnerável, que seria ridicularizado pelos outros, que as mulheres não eram levadas a sério como pensadoras profundas ou inovadoras em questões filosóficas. O transe em si tinha conotações femininas. Embora ele convenientemente se esquecesse de Edgar Cayce, por exemplo, que era um mestre do transe. E, ao mesmo tempo, tinha receio de exercer o poder, pois temia que se pensasse que ele estava a usurpar prerrogativas masculinas. Agora: tu és criativo, mas és

homem — e uma parte de ti considerava a criatividade uma característica feminina. Se estivesse ligada à geração de dinheiro, como era no passado, então a pintura também se tornaria geradora de poder e, portanto, aceitável para a tua masculinidade americana; e estou ciente do facto de que ambos eram, pelos padrões da vossa época, bastante liberais, o que é uma pena. Não levavam a vossa arte ao mercado depois de terem deixado o trabalho comercial, porque então, de certa forma — agora entendo — consideravam que o ato de uma prostituta, pelos "sentimentos femininos" que sentiam estar por trás da pintura, seria então vendido em nome do "papel do homem como provedor e detentor do poder".

A arte dos Antigos Mestres escapou a tais conotações, sobretudo porque envolvia muito trabalho físico — a preparação das tintas, das telas, e por aí fora. Esse trabalho, que preparava o artista, agora pertence ao fabricante do mundo masculino, percebes, de modo que o artista, como homem na tua sociedade, muitas vezes fica com o que pensa ser a base feminina da arte, onde ela deve ser confrontada, claro.

Quero deixar claro que essas ideias estão disseminadas na sociedade e são a base de muitos problemas pessoais e nacionais. Estão por trás de grandes questões, envolvidas no fiasco nuclear (*Three Mile Island*), por exemplo, e na ideia de poder e criação do cientista. Vocês os dois, altamente criativos, encontram a vossa criatividade em conflito com as vossas ideias de sexualidade, em particular e na forma como se colocam perante o mundo. Muito disto está ligado aos infelizes mitos sobre a pessoa criativa, que supostamente não é capaz de lidar com o mundo tão bem quanto os outros, cujas idiossincrasias são exageradas e cuja própria criatividade, diz-se por vezes, leva ao suicídio ou à destruição.

Não admira que um pequeno número de pessoas criativas persista perante essas crenças infelizes. De facto, estes são alguns dos motivos pelos quais o Ruburt desconfiava do eu espontâneo — porque acreditava que era feminino e, portanto, mais do que o eu espontâneo de um homem. Encontras-te com muitas contradições. Supõe-se que Deus seja masculino. A alma, por vezes, é considerada feminina. Os anjos são do sexo masculino. Agora vamos olhar para o Jardim do Éden. A história diz que Eva tentou o homem, fazendo-o comer da árvore do bem e do mal, ou da árvore do conhecimento. (*Pausa*.)

Isto representou um estado de consciência, o ponto em que a espécie começou a pensar e sentir por si mesma, quando se aproximou de um

determinado estado de consciência no qual ousou exercer a sua própria criatividade. (*Pausa.*) Isto é difícil de verbalizar. (*Pausa.*) Foi um estado em que a espécie se tornou consciente dos seus próprios pensamentos como seus próprios pensamentos, e se tornou consciente do eu que pensa. Esse ponto libertou a criatividade do homem. Nos teus termos, foi o produto das intuições femininas (embora, como sabes, essas intuições pertençam a ambos os sexos). Quando essas passagens foram escritas, a espécie tinha atingido vários estados de ordem, alcançando certos poderes e organizações, e queria manter o *status quo*. Já não se queriam mais visões intuitivas, nem mudanças. A criatividade deveria seguir certos caminhos definidos, de modo que a mulher se tornou a vilã. Já dei material sobre isto antes.

Até certo ponto, então, o Ruburt passou a ter medo da sua própria criatividade, tal como tu. No caso do Ruburt, o medo era maior, até que, por vezes, parecia que, se tivesse sucesso no seu trabalho, haveria algum perigo: poderias ser posto sob uma luz desagradável ou ele poderia tornar-se um fanático, exibindo aquelas qualidades histéricas femininas desprezíveis. (*Com muito humor*) Espero que esta sessão seja proveitosa para ambos. Fim da sessão e uma carinhosa boa noite.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

(22:35. Os transes e a entrega da Jane foram bons. "Eu não sabia que ele ia fazer isso", disse ela depois de eu lhe dizer que a sessão tinha sido excelente. "Talvez seja por isso que me senti tão desconfortável antes da sessão. Agora estou exausta. Podia ir direta para a cama, mas não vou." A Jane disse que não poderia descrevê-los agora, mas que teve "grandes sentimentos emocionais" quando fez a parte da sessão sobre o meu pensamento de que vender trabalho me tornava uma prostituta. "Sentimentos gigantescos, cheios de humor", disse ela. Ela riu. "És muito estranho", disse ela. "Aqui estás tu, não vais ao mercado, mas pensas em guardar todas estas sessões particulares para a posteridade, para dar ao mundo. És muito reservado: não queres falar sobre os nossos assuntos pessoais, como dizes, mas farias isso… Em vez disso, vejo-nos quando eu tiver 80 anos e tu 90, no quintal, a queimar tudo." No entanto, ela concordou facilmente que a sessão desta noite, fosse particular ou não, lançou muita luz sobre o material regular ou publicado, acrescentando profundidade de compreensão e informações de base.)

SESSÃO 855 (PARTE APAGADA)

21 DE MAIO DE 1979

(O material a seguir é da 855ª sessão.

(Antes do jantar desta noite, a Jane disse que estava farta de "tentar entender o mundo" e por aí fora. Parte da sua irritação devia-se à dificuldade em tentar compreender as suas ideias sobre heroísmo. Ela escreveu alguns textos excelentes sobre temas heróicos nos últimos dias, mas ainda não mergulhou na sua biblioteca. E para mim: "Às vezes acho que tu, sempre que tiveres uma ideia que não tenha a ver com pintura, devias bater o pé e manter-te fiel a ela. Nunca devias tê-la abandonado." Eu admiti que a ideia me tinha ocorrido — que, de facto, andava a pensar muito nisso desde que tive os meus problemas físicos no início do mês passado.

(Disse à Jane que há muito tempo tinha desistido de tentar elaborar o meu próximo projeto de escrita, como o Seth mencionou que eu estava a tentar fazer numa dessas sessões de material excluído. Agora, estava simplesmente a tentar viver cada dia, pintando, trabalhando nos arquivos ou no quintal, fazendo recados e afins. Tudo isso tem ajudado, embora ainda não me sinta completamente livre fisicamente. No entanto, consegui ter algumas novas perceções sobre pintura e comecei a pô-las em prática. Já noto a diferença no trabalho e estou muito satisfeito com isso. As perceções, que parecem bastante óbvias em retrospetiva, representam uma espécie de síntese que venho tentando fazer nos últimos anos.

(Hoje recebemos do Larry Dowler, dos arquivos de Yale, uma carta com as suas últimas ideias, bem como um formulário para assinar, tornando legal a doação de documentos para Yale, evidentemente. No entanto, temos uma série de questões a resolver primeiro. No momento, devo estar a adiá-las, mas acabaremos por lidar com todas elas. Ainda não recebemos o nosso testamento do Bill Danaher e temos mais perguntas para ele. Disse à Jane que me arrependia de ter começado todo aquele processo, mas ela respondeu que provavelmente teríamos de o fazer algum dia, por isso mais vale avançar. Estou um pouco desanimado com o trabalho que poderá ser necessário — isto é, se eu levar a ideia original avante de rever todo o material, organizá-lo em cadernos correspondentes aos originais, e por aí fora.)

Até certo ponto, vocês os dois, pelas vossas próprias escolhas, estabeleceram o vosso próprio laboratório mental, no qual vivem as vossas

vidas e as examinam ao mesmo tempo — e no qual tentam ver qualquer doença ou insatisfação sob padrões diferentes; e sob uma luz que vos exige mais, para que não dependam, como os outros, do conforto do conhecimento convencional em qualquer área. Parece que vos são negadas as satisfações mais fáceis das respostas aceites (*pausa*) e, até certo ponto, o conforto aconchegante das crenças partilhadas. (*Pausa.*)

No entanto, como o Ruburt escreveu, também estão a ser prejudicados por crenças antigas que ainda exercem poder. Estão a deitar fora, até certo ponto agora, grande parte do absurdo acumulado ao longo dos séculos (*enfaticamente*), sobre o qual as pessoas muitas vezes construíram tragicamente as suas vidas e culturas. Não admira, portanto, que se sintam inseguros com frequência. Pode confiar-se no eu (*sublinhado*). Essa é a principal mensagem que devem fixar nas vossas cabeças. Os impulsos são mensagens internas para ações que dão vida.

Quando parecem ser o contrário, isso é resultado de hábitos e crenças. Ao longo de toda a história, de uma forma ou de outra, acreditaram, na linha da cultura que conduziu até vós, que os impulsos eram perturbadores, suspeitos, não merecendo confiança, ignorando o impulso da criança para falar, andar, crescer e comunicar. Essas são as ideias que estão a combater — não apenas os conceitos freudianos ou darwinianos das vossas vidas, mas a desinformação acumulada desse passado histórico. Portanto, diz ao Ruburt para não ser tão impaciente consigo mesmo, para se lembrar de que pode, de facto, confiar no eu que conhece, independentemente do que lhe foi ensinado a acreditar. O mesmo se aplica a ti, e espero que ambos, nas últimas metades das vossas vidas, demonstrem as explosões de criatividade e a nova sabedoria que, idealmente, deveriam surgir em cada vida. Ajuda-o a soltar-se. Incentiva-o a seguir os seus impulsos para ser o eu que é. Fiz recomendações, mas parecem exigir muito esforço para serem seguidas (*silenciosamente irónico*) no que toca ao Ruburt.

Fizeste bem, pois o trabalho no quintal está a ajudar, e a mudança fará com que a tua criatividade floresça naturalmente se te deixares em paz. Mas uma mudança de horários de vez em quando é excelente, especialmente no que diz respeito ao Ruburt. As mudanças representam flexibilidade mental. Podes fazer o que quiseres em relação a Yale. Pouco importa onde os papéis são guardados; e as próprias características académicas que, de forma invisível mas definida, acrescentam a sua aura

aos salões sagrados de Yale também significam que os documentos serão tratados de forma justa, conservadora e sem qualquer ar evangelizador.

(*Mais alto, em resposta à nossa conversa anterior*) Estou totalmente disposto a realizar quantas sessões por semana forem necessárias. Uma observação: já vos disse que as sessões devem ser divertidas, ou seja, criativas, exploratórias e o mais livres possível, e acrescento, não apenas para ti, mas para mim também. Eu não estaria aqui se, na maioria das vezes, não achasse tudo muito agradável. Há momentos em que gostaria de poder dar-vos o suficiente para que percebessem claramente o efeito íntimo, imediato e também de longo alcance das vossas crenças sobre as vossas vidas. Gostaria de poder, de alguma forma, fazer-vos entender que a realidade surge dos vossos pensamentos — e não o contrário — e que qualquer pensamento é muito mais real, em termos básicos, do que a mesa onde o Ruburt apoia o pé (*batendo na mesa com o pé*). Fim da sessão. Uma carinhosa e exuberante boa noite.

("Obrigado, Seth. Boa noite." 22:15. E, sim, eu também gostaria que o Seth pudesse estar connosco.)

SESSÃO 856 (PARTE APAGADA)

24 DE MAIO DE 1979

(Descrevi os estados muito relaxados da Jane hoje nas notas da 856ª sessão regular, da qual o material a seguir foi extraído. Durante os seus períodos de relaxamento, ela obteve várias perceções sobre si mesma, os seus desafios e a sua condição física. Tornou-se especialmente consciente dos seus próprios impulsos e receios sobre o que aconteceria se cedesse a esses impulsos. Tudo isso somou-se a uma enxurrada constante de autocrítica e medo de não escrever, de talvez lavar a loiça ou limpar a casa, de me dar mais trabalho, do tempo gasto a responder à correspondência — fosse o que fosse. Tentei incentivá-la a relaxar mais vezes, dizendo-lhe para mandar para o diabo o que a incomodasse no momento, tal como fez com muito sucesso hoje.

(Acrescentei que, quanto mais espontânea fosse em relação a fazer o que quisesse num determinado momento — por outras palavras, seguir os seus impulsos naturais —, mais escrever e pintar seria capaz de fazer. Como o Seth comentou numa sessão recente, o músculo relaxado é capaz de fazer muito mais do que o tenso, ou palavras nesse sentido.)

Uma observação particular: o que queres fazer, idealmente falando, é a melhor coisa a fazer. Em termos ideais, os teus impulsos conduzem-te na tua própria direção, conhecendo o formato da tua vida, as tuas capacidades e as tuas necessidades. Um impulso pode ser resposta a uma necessidade, outro a outra — mas, em conjunto, sustentar-te-ão e guiar-te-ão para a situação mais satisfatória, se lhes for permitido e se confiares neles. (*Pausa.*) O Ruburt baixou um pouco a guarda, deixou de se preocupar tanto. O impulso de fazer a sessão surgiu espontaneamente, como deveria. Ele escreve porque gosta de escrever.

Tem um impulso quase constante para escrever. Tem um impulso quase constante para a atividade psíquica, para a criatividade. Quando pensa que deve fazer isto ou aquilo, que deve provar o seu valor sentando-se à secretária, então coloca uma mão pesada sobre esses mesmos impulsos. Tem medo de fazer qualquer outra coisa. Isso poderia mostrar que não está "a trabalhar". As suas capacidades criativas e psíquicas surgem exatamente quando está relaxado. Portanto, deve fazer as suas atividades físicas normais. Foste de grande ajuda esta manhã, permitindo que ele falasse sobre a situação naquele momento.

Não tentes recuar em relação à questão fiscal — daí o teu problema de coluna (*hoje*). Isso também envolve as vossas ideias conjuntas sobre trabalho. Sentes-te culpado em relação aos impostos porque achas que não contribuíste financeiramente o suficiente — por isso, estás duplamente irritado com o facto de o dinheiro ter de ser retirado ao Ruburt, e assim por diante. (*sussurrando, depois muito mais alto*) Agora desejo-te uma noite calorosa e carinhosa.

SESSÃO APAGADA

28 DE MAIO DE 1979

(A sessão começou tarde porque a Jane ficou muito envolvida numa pintura depois do jantar. Ela estava a tentar aplicar numa natureza-morta algumas das técnicas que lhe mostrei há uns dias, quando repintei outra composição de natureza-morta que ela tinha começado e mostrei como obter efeitos mais opacos para variar — uma demonstração, portanto, pois ela tinha pedido "uma lição". Desde então, houve alguns episódios bem-humorados — e digo isto com carinho — quando a Jane tentou usar esses métodos, com resultados muito variados. Mas o interessante é que teve conflitos entre o seu método antigo, no qual usava principalmente cores transparentes, e o novo método, que, como ela reclamou frustrada, era "turvo e sem vitalidade". E sem vitalidade, de que adianta?

(Às 21h30, ela disse-me que o Seth poderia falar sobre o meu sonho de 27 de Maio — ontem — no qual eu conduzia um automóvel pela West Water St. a 90 milhas por hora, sem sofrer danos. Também mencionei o meu sonho de escuteiro de 22 de Maio, no qual a via a caminhar normalmente, e as minhas impressões vívidas do sonho com o meu pai, de 15 de Maio, no qual acordei a chorar. Comecei uma pequena pintura sobre esse último tema. Todos os sonhos estão arquivados no Caderno de Sonhos nº 2.

(A nossa conversa sobre sonhos antes da sessão levou-me a fazer uma pergunta sobre sonhos que acho que o Seth não abordou exatamente desta forma.

(A Sue Watkins visitou-nos ontem à noite e relatou vários sonhos recentes nos quais viu a Jane a funcionar fisicamente de forma normal. [Também tive outros em que a Jane estava bem fisicamente, a andar normalmente, e por aí fora.] "Mas o que acontece", perguntei, enquanto esperávamos o início da sessão, "depois de ter o sonho contigo, por exemplo? Recebe-lo? Aceitas ou rejeitas? Faz-te bem a certos níveis? Como é que, com todos estes sonhos positivos, não estás a melhorar fisicamente de forma visível? Se recebes as mensagens que te enviamos, elas fazem algum bem?" As perguntas aplicam-se a qualquer troca de sonhos entre pessoas, claro.

(A Jane estava "apenas zangada", no entanto, enquanto esperávamos o início da sessão às 22h10. Disse que estava zangada com tudo isto. "De que adianta o Seth entrar em mim? Nada do que eu possa dizer…".

Também estava chateada com a sua pintura, claro. Tem tentado seguir mais espontaneamente os seus impulsos ultimamente, à luz do material das sessões recentes, e acho que demonstrou uma boa melhoria nesse aspeto. Mas estava triste hoje de manhã, quando várias partes da sua anatomia a incomodaram. As pernas têm-na incomodado bastante ultimamente, e ela tem-se sentido abatida por vezes.

(A minha própria condição física melhorou consideravelmente, por isso, de certa forma, consegui aprender alguma coisa. Suspeito que os melhores resultados possam ser simplesmente o resultado de o corpo se ter curado depois de eu ter removido as pressões que estava a impor a essa estrutura basicamente inocente. Tenho pintado muito mais ultimamente. (Estou a fazer uma cópia extra desta sessão para meu próprio uso, com o material dos sonhos.

(A fala da Jane foi boa, intercalada com muitas pausas, e muitas vezes rápida e enfática.)

Boa noite. (Num *sussurro*)

("Boa noite, Seth.")

Ora bem: a certa altura, a vossa realidade privada torna-se, até certo ponto, uma realidade pública, num grau ou noutro, à medida que é observada e partilhada por outras pessoas. Mostram uma determinada imagem de vós próprios ao mundo. Enfatizam certas características e mostram-nas aos outros. Existem padrões habituais de comportamento que operam à medida que estabilizam, mais ou menos, a imagem que têm de vós próprios na relação com familiares e amigos. Por vezes, essa imagem é uma representação bastante fiel e, por vezes, as pessoas criam retratos artificiais de si mesmas e, em vez de falarem por si mesmas aos outros, deixam que esses retratos artificiais falem por elas. (*Pausa*.)

Por vezes, para se protegerem por causa das suas crenças, as pessoas formam retratos distorcidos de si mesmas e projetam-nos para fora "para receber as flechas da vida", por assim dizer. (*Pausa*.) A personalidade real, no entanto, nunca se satisfaz com esse procedimento e procura uma expressão muito mais completa e livre. Muitas doenças são fachadas vividas fisicamente, com o objetivo de alterar a relação da pessoa com o mundo. Muitas vezes, funcionam como barreiras ou armaduras e, de acordo com a situação, a outra pessoa deve primeiro confrontar essa condição ou armadura se quiser estabelecer contato com a personalidade. Espero que isso tenha ficado claro. (*Pausa*.) Agora, o Ruburt tem mantido essa

condição por muitas razões, frequentemente discutidas. Ele está a tentar libertar-se.

Para isso, precisa de mudar a sua própria realidade, alterando a sua perceção do relacionamento consigo mesmo e com os outros. A sua situação física — os sintomas — é pública, ao ponto de os outros saberem que tem dificuldades. Nova frase: Quando são feitas tentativas de mudar essa realidade, a realidade da família e dos amigos também é alterada até certo ponto. Os teus sonhos e os da Sue permitem-te, de forma subtil, mudar a tua própria visão do comportamento do Ruburt. Vê-lo a operar normalmente. Aliás, também o Tam.

Esse comportamento nos sonhos ajuda a quebrar o peso esmagador das "provas físicas diárias". (*Pausa.*) As mudanças exteriores começam por dentro e manifestam-se fisicamente depois — e não o contrário. Quando o Ruburt tem esses sonhos, os músculos e articulações reagem durante o sono, imitando ações normais — e ele pode acordar mais dorido do que o habitual, porque durante o sono, nesses momentos, agora, sem o peso do corpo em pé e por aí fora, os músculos e articulações farão movimentos de natureza libertadora de forma bastante indolor no estado de sonho. Por vezes, a consciência desperta estará vagamente ciente dos movimentos e, como se espera que eles causem desconforto, eles acontecem. (*Este é um parágrafo muito importante. Vale a pena extraí-lo e mantê-lo à mão para consulta diária.*) (*22h35.*) Esses sonhos do Ruburt trazem uma mensagem vital: que ele pode andar normalmente e que isso pode ser feito facilmente (*sublinhado*). Em alguns dos sonhos, fica surpreendido com o facto de conseguir sair-se tão bem. Noutros, considera-o natural, como no teu sonho (*de escuteiro*).

Na vida desperta, no entanto, vocês os dois foram literalmente hipnotizados pela ideia de que essa recuperação é uma das coisas mais difíceis de conseguir no mundo (*atentamente*). No estado de vigília, o Ruburt acredita que não consegue andar corretamente. No estado de sonho, não tem essa crença. (*Longa pausa.*) Agora ele quis manter essas crenças porque achava que precisava dessa fachada bastante dolorosa para se proteger da sua própria espontaneidade e, depois, para se proteger do mundo, porque acreditava ser demasiado espontâneo.

A resposta foi reduzir a espontaneidade física. A espontaneidade é fácil, por isso vamos torná-la difícil. Acreditamos que é a coisa mais difícil do mundo. Já dei muito material sobre isto. Em particular, e através dos

teus sonhos e dos da Sue, o Ruburt, com a tua ajuda no estado de sonho, vê que o movimento pode ser — e é — fácil. Ele responde telepaticamente aos teus sonhos. Vamos olhar para a sua pintura. Ele aprofunda-se nela, nesta pintura atual, e concentra-se. Esquece-se de quanto gosta de pintar e foca-se em todos os problemas envolvidos numa nova técnica. E pensa que nunca poderá ser tão bom como tu nesse aspeto. Usa o esforço. Esquece-se da sua facilidade — e o mesmo se aplica à "tentativa de melhorar".

Psychocybernetics é um bom manual, muito simplificado, com algumas distorções, mas a sua premissa é bastante correta: tu hipnotizas-te em tais situações. Quero salientar que o Ruburt pode muitas vezes interpretar o relaxamento como depressão, porque a perda de tensão ainda pode ser assustadora. Na verdade, ajudaste nesse aspeto. Os sonhos mostram a tua atividade no Plano subjetivo — e, novamente, posso recomendar ao Ruburt algum sentido de criatividade na sua situação física? Até mesmo as sugestões devem ser dadas de forma lúdica, não de forma pesada. Para os exercícios do ponto de poder, pede-lhe que finja, de forma lúdica, que está a jogar durante cinco minutos — sabendo que é um jogo — que se sinta perfeitamente normal e relaxado. Permite-lhe considerar os impulsos também de forma divertida, sem olhar para cada um deles como se fosse tão importante quanto o fim do mundo.

Bem: lembra-te de que, embora os teus sonhos ocorram uma noite de cada vez, a sua lógica é intemporal. Podes lidar com várias questões ao longo de várias noites. O teu sonho de ouvir a voz de Deus (*nesta manhã*) e o teu sonho com o carro veloz (*na manhã anterior*) estavam, portanto, relacionados. O início das nossas sessões representa para ti a tua própria versão de ouvir a voz de Deus, pois sentiste que era a primeira vez na vida que, de alguma forma, alguma parte do universo *"tinha uma mensagem para ti"* — ou que estavas em contato com algo para lá do comum, que pelo menos mantinha a esperança de um vislumbre de qualquer conhecimento real além do conhecido.

(*Pausa*.) O polícia, elevado do chão no sonho do carro, foi outra versão do sonho que levou o tema adiante, embora tenha ocorrido, creio eu, antes do sonho com Deus (*na manhã anterior*). Estás a acompanhar-me?

(*"Sim."*)

Nesse sonho, recebes permissão de uma autoridade algo elevada para ires mais depressa do que as outras pessoas na Water Street. Disseram-te, mais ou menos, que podias ir mais rápido sem sofrer danos, mas o sonho

em si coloca uma questão, pois não parece que percorras realmente o caminho até ao sinal vermelho na Hoffman Street mais depressa. A pergunta é porquê, claro; se recebeste permissão para ir mais rápido, então por que razão tu e o Ruburt não percorreram o terreno físico mais depressa, ou por que razão ainda têm problemas?

Já que recebeste essa permissão, por que não aprendeste mais depressa? (*10:58.*) A resposta, claro, é que a permissão que te foi dada para ir *"mais depressa"* aplicava-se a uma dimensão completamente diferente de movimento e atividade. Na verdade, interpretaste-a em termos mais mundanos do que o pretendido e, por tê-la interpretado dessa forma, o resultado final foi que não pareceste percorrer o terreno mais depressa do que os outros.

A velocidade aplicava-se à energia gerada pelo Plano subjetivo — energia que transforma a estrada ou o solo, para que não precises de percorrer a estrada da mesma forma antiga. Ou seja, estou a responder à pergunta do sonho (*todos atentos*). A ideia das sessões, aceite pelos seus próprios méritos, aplica-se facilmente. Não podes forçá-las a aplicar-se. Permites que fluam.

O sonho com o teu pai. O teu pai representava o teu pai, mas também representava a tua versão da raça humana, dos velhos sem nome aparentemente gastos pela idade, a falta de comunicação entre pais e filhos sem nome. No entanto, o velho dorme num sapato gigantesco que também é como um berço, do qual ele e toda a civilização continuam a emergir. A tua pergunta era: por que a falta de comunicação e compaixão, a inarticulação do amor? E tal como consolaste o teu pai, tentaste consolar a humanidade. E como? Por meio da expressão das palavras, mas também através da tua arte, pois vias toda a arte como uma expressão de amor, um amor no qual o velho e a civilização eram, em última análise, sustentados.

O pé murcho (*do teu pai*) representava toda e qualquer deformidade e a grande lacuna que sentias existir entre o ideal do homem e a sua realização.

(*Com entusiasmo:*) Fim da sessão e uma calorosa boa noite.

(*"Obrigado. Boa noite, Seth."*)

SESSÃO 857 APAGADA

30 de Maio de 1979

(O material que se segue foi extraído da 857ª sessão.)
(A Jane tem seguido o material em sessões privadas recentes sobre como confiar nos seus impulsos e na espontaneidade, com bons resultados.)

Observação: O Ruburt está a sair-se bem. Continua a incentivá-lo a expressar os seus impulsos. Tens sido extremamente útil. Durante algum tempo, pede-lhe que dê uma olhadela a algumas sugestões antigas. Ele sabe a que me refiro. Enfatizavam o facto de ele poder, de facto, andar melhor.

De facto, podes.

Dá-nos um momento...

Ele viu a mãe, mas a imagem era projetada. Era uma imagem temida de si mesmo, enrolado demasiado apertado nos lençóis, o que representava as restrições de crenças antigas. Sentiu que não conseguia ver bem — ou seja, não conseguia ver como sair da situação. No entanto, quando perguntou à mãe: "Consegues ver?", ficou óbvio que ela conseguia.

Tentou soltar os lençóis que o prendiam e não conseguiu, mas um médico — um jovem — veio em seu auxílio e soltou os lençóis. O médico representa novas crenças e a natureza espontânea do eu, que pode agir de forma muito mais eficaz com essas novas crenças.

O tabloide transforma-se num carro alegórico, o contraste mostrando que a resolução pode terminar num desfile, com alegria. As partes anteriores do sonho, contudo, representavam o medo de o Ruburt estar, digamos, a morrer por asfixia — não uma asfixia física, mas por estar demasiado atado.

A última sessão, com as suas partes particulares para o Ruburt, deve ser relida, com a sua ênfase na criatividade e na confiança nos processos inconscientes.

Fim da sessão e uma calorosa boa noite.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

(22h54. A fala da Jane foi firme e constante durante toda a sessão, muito mais do que o habitual. Ela disse que o Seth não mencionou uma parte do sonho: que depois dela própria se apercebeu de que dizia "Vais ter de te despedir dos teus gatos". Ela entendeu que isto significava que estava a pensar em morrer e não queria fazê-lo, nem deixar os gatos. A Jane escreveu o seu próprio relato sobre o sonho de 28 de Maio. Enquanto conversávamos sobre isso, o Seth voltou.)

O Ruburt é persistente demais para morrer jovem. Os gatos não representavam os seus gatos físicos (a Mitzi e o Billy Two), mas velhas crenças confortáveis sobre a natureza do eu espontâneo, ligadas a ideias que ele adquiriu da mãe, nas quais os gatos representavam os piores aspetos do comportamento e dos impulsos humanos: bajulavam-te, mas eram traiçoeiros e podiam voltar-se contra ti num instante.

(Sussurrado:) Fim da sessão.

SESSÃO APAGADA

1 de Junho de 1979

(Ontem à tarde, recebemos a visita do meu irmão Bill, e da esposa, a Ida, de Ontário, NY. Todos tivemos uma visita muito agradável, penso eu. Geralmente só os vemos uma vez por ano. Mas, na noite passada, a Jane teve uma das noites mais desconfortáveis dos últimos anos; acordava frequentemente, muito rígida, sobretudo durante a madrugada. Apercebeu-se de que estava a reagir ao que considerava serem todas as sugestões e circunstâncias negativas que envolviam a vida e as crenças do Bill e da Ida. Mais tarde, desejámos ter tido a presença de espírito de nos levantarmos ao amanhecer, por exemplo, quando o desconforto mais agudo da Jane começou.)

(Ao longo do dia, a Jane recebeu do Seth — e de si mesma — material sobre os acontecimentos de ontem à tarde, de modo que finalmente teve uma ideia do que o Seth iria abordar hoje à noite. [Eu sugeri que ela fizesse esta sessão, embora esse pensamento também lhe tenha ocorrido.])

(A Jane também recebeu do Seth durante o dia algum material em resposta às minhas observações ao pequeno-almoço sobre as cores da capa escolhidas para o Volume 2 de "Unknown" Reality. A prova chegou pelo correio enquanto o Dick e a Ida estavam cá; examinámo-la sem grande reação, mas ainda assim reflectimos muito sobre isso a outros níveis. Falta-lhe o que eu chamo de bom gosto, como temia, e é muito fria e assustadora. Eu, por exemplo, já cheguei a um ponto em que espero pouco da Prentice-Hall, exceto trabalho de fraca qualidade, e penso que agora a Jane concorda mais ou menos comigo. Não gostou das cores do paletó.)

(Pouco antes de começar a sessão, a Jane começou a tossir bastante. A voz ficou rouca e seca. "Deve ser por causa do que sei que o Seth vai

dizer", disse ela entre tosses. "O teu irmão e a família dele, e as minhas reações. Vou tentar fazer a sessão, mas não sei até onde conseguirei.")

(No entanto, pouco depois, o Seth entrou em cena. A voz da Jane clareou facilmente, e ela entregou o material com facilidade e rapidez na maior parte do tempo.)

De acordo com os padrões em que o teu irmão, o Richard, acreditava, e de acordo com os padrões em que a tua cunhada acreditava, ambos são relativamente bem-sucedidos.

Ele é um executivo sénior. Ela é uma mulher com filhos crescidos, e têm uma bela casa no campo. São, como o Ruburt declarou tão enfaticamente, pessoas simpáticas e bem-intencionadas.

Ao longo do caminho, descobriram que esses padrões originais eram insuficientes. Fizeram o que achavam que deviam fazer, mas não sentem, nem de perto, o sentido de realização ou o prazer com as suas vidas que esperavam. O Ruburt gosta dos dois, tal como tu, mas viu-os na sua realidade, como eles próprios e como representantes de muitas pessoas em geral.

Na verdade, representam as formas como as crenças podem entorpecer as qualidades nativas da mente e do coração, de modo que o intelecto pareça opaco e as relações emocionais fiquem indevidamente emaranhadas. O Ruburt está a trabalhar com a natureza dos impulsos, e velhas ideias sobre impulsos, espontaneidade e disciplina vieram-lhe à mente, pois a situação familiar do teu irmão e da esposa quase tipifica o tipo de situação que o Ruburt estava determinado a evitar. E pensou: o que foi aquilo tudo, afinal, pois parecia não haver disciplina alguma. Pareceu-lhe, pela força de velhas crenças, que a Ida, o Richard e os filhos eram movidos por impulsos contraditórios e que as suas vidas careciam de qualquer propósito interno organizador.

O rapaz *(o David, que abandonou a escola)* teve um acidente de carro.

O que foi isso, senão impulsividade, comportamento irrefletido? O Ruburt tinha usado todos os tipos de disciplina, percebes, para não cair de novo no terreno comum de onde parecia que a maioria das pessoas vinha.

Ele está num período em que tenta libertar os impulsos, mas um olhar para esta situação — momentaneamente, agora — deixou-o em pânico, de modo que começou a perguntar-se se não valeria a pena qualquer disciplina para evitar o que considerava ser esse tipo de preguiça intuitiva e intelectual.

É leal à família. Tenta ajudá-los e tentou lidar com as suas próprias reações. Tentou despertar o intelecto e as intuições do William, mas, para seu total espanto, descobriu que ambos estavam mais adormecidos do que esperava. Deixa-me esclarecer as questões: de modo geral, o Dick e a Ida raramente seguiam os seus próprios impulsos; não interessa, por exemplo, quão impulsivo o Dick possa ter parecido em alguns momentos no passado. Ambos desconfiavam de si próprios num grau muito maior do que qualquer um de vós jamais desconfiou, de modo que os finos grãos de originalidade foram embotados em todas as áreas das suas vidas.

Eles faziam o que acreditavam que era esperado deles. Durante algum tempo, rebelaram-se, não em resposta aos seus próprios impulsos, no entanto, mas em resposta às exigências dos outros. O teu irmão, até certo ponto, identificou-se fortemente com o vosso pai, vendo-o como o intelectual, o inventor, preso por laços, quase como um escravo da mulher "emocional" e exigente. Ele culpava a vossa mãe por todos os problemas deles. Na sua própria família, certificava-se de que o domínio masculino, o escritório, ficasse separado dos quartos da família, não devendo ser partilhado. Os livros não eram deixados pela casa para serem usados indevidamente por mulheres ou crianças.

(Pausa às 22h06.)

Ele esmagou as capacidades intuitivas que tinha e, por fim, considerou, por exemplo, que a poesia não era masculina. O seu local de trabalho tornou-se o seu domínio masculino. Queria que as crianças tivessem medo dele, pois isso provava que ele era, de facto, superior e não se deixava levar por explosões emocionais.

O seu comportamento, no entanto, levava-o, é claro, a explosões emocionais bastante fortes, o que a assustava. A Ida casou-se com ele porque acreditava que o seu nível educacional e a sua origem anglo-saxónica representavam um passo em frente para ela e para os filhos. Ela fez o que lhe foi pedido, durante muitos anos.

(Pausa.) Tu sempre foste um herói e, ainda assim, um mistério para o teu irmão, o Dick — uma fonte de orgulho e, ao mesmo tempo, de constrangimento. Ele considera o estudo dos sonhos algo feminino, e pintar quadros deles representa um segundo mistério *(atentamente).* As suas próprias capacidades intuitivas, no entanto, sempre agiram como uma ponte entre vocês, de modo que ele sente uma afinidade íntima que não compreende. Ele sente alguma afinidade com o Ruburt pelo mesmo

motivo, mas o Ruburt também o perturba, porque ele desaprova mulheres que pensam e está muito assustado porque a Ida, nos últimos anos, começou a criticar algumas das crenças comuns deles.

Mas o Ruburt pensou: "A maioria das pessoas é assim, e se eu ceder aos meus impulsos, será que os dias vão passar assim?"

O Dick sente prazer no golfe, porque representa uma área em que ele tem esperança de atuar com alguma eficácia, de agir com uma espontaneidade que conhece a sua própria ordem e de experimentar o seu sentido natural de poder.

(Observação: Ainda assim, o Bill contou-me sobre os seus problemas com o golfe nesta temporada, lamentando como tem dificuldade em obter distância nas suas tacadas, falando em ter algumas aulas e praticar para melhorar o seu jogo. Também conversámos sobre um grande torneio que, por acaso, ambos vimos parcialmente na televisão no último fim-de-semana.)

O Ruburt escreveu um poema na manhã de ontem *(quinta-feira)*, considerando-o brevemente depois, perguntando-se se seria realmente bom o suficiente para ser dactilografado tal como estava, lançando num momento estranho um pensamento, um conceito que representaria a maior revelação para a Ida, se ela conseguisse compreender o que significa.

A Ida e o Dick acreditam muito mais, mais uma vez, do que vocês dois alguma vez acreditaram, que o eu é desagradável e perigoso. A Ida tinha receio de voltar ao psicólogo, com medo de que a terapia revelasse evidências dessa temida coisa maligna, e o Dick tem medo de voltar a escrever poesia para que as intuições não perturbem a sua vida. Ele usava a meditação como um tranquilizante para entorpecer os seus sentidos e a sua mente, e não para se compreender. Os impulsos do Ruburt deram origem à sua poesia, à sua escrita e à liberdade do seu intelecto, e a disciplina pesada sempre o impediu.

Ele sentiu-se parcialmente desamparado, percebendo que nem o Dick nem a Ida liam os livros. Queria melhorar fisicamente diante dos olhos deles, num piscar de olhos, para lhes mostrar fisicamente que isso podia ser feito. Tudo isso causava tensões musculares, mas ficou chocado com o que considerava ser a frouxidão do Dick e da Ida em tantas áreas, e parecia-lhe que essa era a condição humana natural, de modo que era preciso exercer grande disciplina para se manter à tona. Para começar, essa não é a condição natural da espécie e, naturalmente *(sublinhado)*, nenhum de vocês

era assim. Quanto mais verdadeiros forem convosco mesmos e com os vossos impulsos naturais, menos serão assim *(novamente com atenção)*. O Ruburt tem-se saído bem, com a tua ajuda.

(22h25.) Quero enfatizar que o teu irmão e a tua cunhada têm os seus próprios propósitos, e não estou a menosprezar a realidade deles. No entanto, quero que percebas também que, como muitas outras pessoas, eles não têm controlo sobre o mundo, por assim dizer, nenhuma perspetiva fora da sua experiência a partir da qual possam ver a própria vida, e quero que aprecies essas dimensões na tua própria realidade.

Tens alguma dúvida?

("A Jane disse que soube por ti hoje de manhã algumas coisas sobre a Prentice-Hall — os nossos problemas com eles em relação ao design das capas, as atitudes deles, e assim por diante.")

Eu esqueci-me. Para mim, isso ficou implícito, mas não foi declarado aqui. O Dick, mais uma vez, usa o golfe para atualizar, até certo ponto, o seu sentimento em relação a um ideal. Ele já não encontra isso no seu trabalho.

As pessoas da Prentice e, de modo geral, de qualquer editora, vivem mais ou menos ao nível que viste ontem. Cada pessoa sente um ideal e uma boa intenção, mas esses ideais e boas intenções são distorcidos por crenças e pelas condições que os acompanham.

Há pessoas que trabalham em departamentos de arte como meio de vida, certamente mais dotadas do que a maioria, com a capacidade de retratar visualmente uma ideia. Sentem um ideal, mas esses ideais e capacidades são distorcidos por todo o lado por milhões de outras considerações. O que acham da sua arte? Para que finalidade a utilizam? O que pensa o seu cônjuge? O que pensa o chefe? De quem é a versão final de uma capa? O que pensa o artista sobre o assunto? Quais são os padrões de excelência do artista?

O padrão de excelência do artista é, muitas vezes, a necessidade de manter o seu emprego, e ele precisa de o manter porque receia não ser um verdadeiro artista — ou estaria a pintar um grande quadro. E, no trabalho, a sua arte deve ser ainda mais distorcida, ao que lhe parece, pelas ideias de vendas e de publicidade.

As tuas capas representam a tentativa de expressar um ideal no contexto que existe no campo editorial. A diferença entre a tua ideia de uma capa excelente e a realidade, e a diferença entre o teu tipo de

experiência e a do teu irmão, devem ajudar-te a tornar-te mais consciente da necessidade do nosso trabalho conjunto no mundo.

Acho que não compreendeste completamente. Não estou a falar do facto de o teu irmão ter uma família e filhos e tu não, e não estou a esquecer que tens problemas. Estou a dizer que a qualidade das vossas vidas é muito mais satisfatória em comparação com a de outros do que imaginas, e que o tipo de experiência que escolheste oferece os desafios mais produtivos. Vocês têm sempre algo por que ansiar, uma perceção mais clara, uma maior aproximação da verdade que podem alcançar, enquanto muitos outros vivem num labirinto no qual parece *(pausa)* que qualquer esperança de efetuar mudanças é, literalmente, impossível, em particular.

Tens alguma dúvida?

("Não.")

O vosso caminho é difícil, mas tem recompensas invulgares. Aqueles que seguiram crenças antigas também não têm uma vida fácil e não sabem a quem recorrer. Deem graças pelo que têm.

Aliás, o Ruburt *deveria* levantar-se nesses momentos (como quando a Jane acordou a sentir-se tão desconfortável de manhã cedo).

Fim da sessão e uma boa noite.

("Ok. Obrigado.")

(A Jane riu. "Percebi que a minha voz ficou mais clara assim que comecei a sessão." Quase, pelo menos, eu disse. Então a Jane acrescentou: "Acabei de saber que ele vai dedicar parte de outra sessão, uma sessão particular, às crenças que as pessoas têm sobre a velhice. Por causa do encontro com o Dick e a Ida.")

(Observação: consulte as notas de abertura da 881ª sessão.)

SONHO DA JANE

Sexta-feira, 1 de Junho

Só me lembro da cena final. Não faço ideia de como ou porquê, mas uma grande multidão de pessoas, incluindo eu, chegou à costa do oceano. O céu está ensaboado, como nuvens de sabão, misturando-se com a água. Algumas pessoas estão numa enorme banheira cheia de água quente e sabão. Outra pessoa diz algo que esqueci, como a ideia de que... a água do oceano ou o céu... eram perigosos ou que talvez houvesse relâmpagos, mas eu ignoro isso, entro na banheira e a água é óptima, quente e ensaboada.

Em seguida, um homem começa a recitar um poema enquanto caminha para trás e para a frente na praia. O poema não é muito bom, mas sinto-me indulgente porque as suas intenções são boas...

SONHO DA JANE

Sábado, 2 de Junho

Recordo apenas a breve cena final. Um homem que se parece um pouco com o Lou Grant (o ator da televisão, o Ed Asner) escreve-me um bilhete a dizer que eu o toquei como nenhuma outra mulher o fez. Eu leio o bilhete e, no verso, há um bilhete de uma mulher que, de alguma forma, é perturbador. O homem é muito simpático, caloroso, de cabelo escuro, um pouco magro.

SONHO DA JANE

Domingo, 3 de Junho, Sesta

Cena 1

Estou numa galeria de arte que supostamente é a Arnot. Uma mulher está com problemas devido ao consumo de drogas. Falo com ela com simpatia, faço uma excelente dissertação sobre arte, as suas qualidades terapêuticas e o seu uso como uma droga natural. Há muitas pessoas à volta.

Cena 2

Estou num escritório de uma grande corporação. Ao telefone, um homem marca um jantar comigo para discutir a possibilidade de me oferecer um excelente cargo, mas não consigo ouvi-lo bem e vou para outro escritório verificar o horário, etc. Estou na fila para um ótimo emprego... ando com outras mulheres a pensar em como o Rob ficará surpreendido se eu aceitar ou conseguir o emprego... e que seria bom para mim conviver com pessoas, para variar. Não falei nada sobre ser escritora... eles podem achar que não preciso do trabalho... penso que é a tempo inteiro e pergunto-me como poderia lidar com isso escrevendo.

Cena 3

Essas mesmas mulheres, eu e pelo menos um homem estamos a esconder-nos, embora não me lembre porquê. Estamos num grande armazém. Alguns homens, talvez polícias, entram e nós escondemo-nos nas sombras; uma porta ao lado vai abrir-se, então baixamo-nos e rastejamos de barriga para baixo até outra porta no fundo da sala para nos escondermos nas sombras. O homem que está connosco pode ter as mãos algemadas ou algo assim; tenho de o ajudar a subir algumas paredes. Enquanto nos movemos em direção às sombras da porta, quase idênticas, vejo uma mulher a empurrar a paisagem do Rob (a que estava no nosso quarto), empurrando-a à sua frente. Quando estamos quase a conseguir, uma mulher diz que se dane, que não aguenta nem mais um minuto; ela vai levantar-se e mostrar-se, aconteça o que acontecer. Estou furiosa com ela. O Rob acorda-me.

SESSÃO 858 (PARTE APAGADA)

4 de Junho de 1979

(O material privado abaixo é da 858ª sessão, mas, para variar, foi o primeiro da sessão e não o último.
Antes da sessão, perguntei à Jane se tinha alguma pergunta para o Seth. Ela tinha escrito poesia hoje, além de ter feito algum trabalho doméstico. Agora, revíamos a sua atividade onírica recente, caso o Seth decidisse oferecer material sobre isso. Os sonhos da Jane têm sido vívidos e, na sua maioria, positivos, relacionados com melhorias físicas, etc. Em anexo está o registo dos sonhos dela de 1 a 3 de Junho. O Seth iniciou a sessão discutindo o sonho de 3 de Junho. A Jane estava muito mais relaxada do que o habitual hoje.)

(Sussurrando:) Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Os sonhos do Ruburt farão parte da discussão desta noite, pois aplicam-se diretamente a ele e representam as belas e até requintadas imagens do eu sonhador em geral. O sonho da arte (de 3 de Junho), como eu lhe chamo, tem a sua cena de abertura numa galeria de arte, que representa uma visão convencionada da arte. O Ruburt usou a pintura como símbolo da arte no sonho, em vez da escrita *(pausa)*, porque ela

simbolizava as suas ideias conjuntas sobre arte — até certo ponto, agora — e permitia-lhe ter-te em mente ao ver os eventos do sonho.

Na primeira cena na galeria, ele está a explicar com certa eloquência os benefícios mentais e físicos da arte, e a sua ação como fonte de "uma elevação natural". A palavra *alto* é importante, pois a arte, a sua arte — escrita, poesia — era a sua versão, digamos, da missa da sua infância, onde ele, e não o padre, estava em ligação com o universo. Por uma espécie de taquigrafia, a galeria de arte sugere a igreja, então, e a sua dedicação à arte, ou seja, à sua arte, substituiu rapidamente a sua dedicação à igreja. Tornou-se a sua vocação em termos bastante religiosos.

A segunda cena passa-se num grande prédio de escritórios que representa o mundo e as suas atividades habituais. O Ruburt recebe uma oferta para um cargo bastante lucrativo e de prestígio. No entanto, quando o possível empregador marca uma reunião por telefone, o Ruburt não consegue ouvi-lo claramente e precisa confirmar novamente. Isso significa simplesmente que a voz do mundo não foi ouvida.

O facto de o Ruburt ter sido um dos primeiros a tornar-se um artista de arte foi claramente percebido na medida em que se lhe ofereciam outras oportunidades vocacionais. O Ruburt sabia que poderia obter prestígio suficiente usando as suas capacidades noutras direções; sendo, por exemplo, diretor de uma galeria ou aceitando qualquer um dos vários cargos, como o de professor, que lhe haviam sido oferecidos no passado.

E, no passado, ele brincou com algumas dessas ideias e posições. Quando tentou lecionar, começou a adoecer, pois tinha medo de se contentar com o prestígio respeitável que isso lhe proporcionava, ceder e parar de escrever e de outras atividades. Tinha trinta e poucos anos e, por vezes, sentia-se tentado a fazê-lo.

O desenvolvimento de sintomas manteve-o em casa, longe de tais tentações. Isso deve ser considerado em conjunto com outro material, é claro.

Em termos temporais e simbólicos, a terceira cena leva-nos ao ponto em que o Ruburt está determinado a defender a sua arte, a sua dedicação, a tal ponto que se esconde do mundo e, simbolicamente, rasteja de barriga para baixo, enquanto tenta escapar do dilema, procurando uma porta aberta ou escondendo-se dos perseguidores nas sombras. Esses esforços fracassam.

Uma parte de si mesmo é um personagem masculino com as mãos amarradas, e o Ruburt precisa ajudar essa pessoa a transpor barreiras, é claro, porque as mãos estão amarradas simbolicamente atrás das costas.

Uma mulher, outra seguidora — pois o Ruburt é o líder desse grupo — empurra uma paisagem dele pelo chão à sua frente — preservando, vê bem, a sua arte e a do Ruburt. Finalmente, uma das mulheres opõe-se com veemência e decide levantar-se e mostrar-se. Ela está cansada de rastejar de barriga para baixo, por qualquer razão. Essa mulher representa a decisão do Ruburt de pôr fim aos sintomas, de se levantar, de andar.

O Ruburt, entretanto, opõe-se, e esse Ruburt representa a parte da personalidade que ainda se agarra às velhas crenças, mas está a perder a sua liderança. O grupo de crenças está a desfazer-se e já não pode contar com essa obediência cega. Quando o Ruburt acorda, percebe que, em nenhum momento do sonho, tinha motivos para se esconder. Nenhuma razão foi dada para a perseguição em si, pois estava a ser perseguido, de tempos a tempos, por várias pessoas.

Ao despertar, começou a questionar os seus motivos para esse comportamento frenético. O sonho deu-lhe três cenas que representavam várias áreas da sua vida em termos de tempo — a instituição da galeria e as suas primeiras ideias, o escritório, que representava o mundo, e o seu esconderijo, que era uma espécie de celeiro de armazenamento. Ele armazenava crenças antigas das quais estava a tentar escapar.

Os outros sonhos dele, da série de caminhadas *(pausa)*, estão a dar-lhe uma educação física prática, pois os músculos recordam-se dos movimentos adequados, e esses sonhos ajudam a neutralizar a sua crença, em vigília, de que é difícil andar. As mensagens também estão a ser transmitidas a outras pessoas, que estão cientes, em níveis de sonho, da intenção do Ruburt. Elas realmente acrescentam ajuda e apoio. Os próprios sonhos contribuíram para a relativa conformidade do Ruburt com o crescente relaxamento corporal e com a sua crescente confiança nos seus próprios impulsos.

O facto de tu teres ajudado tanto mostra o quanto aprendeste, pois no passado, por vezes, sabotavas os esforços dele — não ultimamente — por causa da tua própria desconfiança em relação aos impulsos e porque a situação, até certo ponto, também te servia.

Esse comportamento, claro, aplica-se a qualquer condição, desde a pessoa com excesso de peso até ao alcoólico, pois cada indivíduo forma a

sua própria realidade e, ainda assim, fá-lo inconscientemente, conhecendo as necessidades e crenças dos outros.

(21h35.) Agora o Seth deu mais uma página de material sobre outros assuntos, que está apresentada na 858ª sessão, e encerrou a sessão às 21h50.

SONHOS DA JANE
11 de Junho, Segunda-feira, Sesta

Sonho 1 — Eu estava a olhar para uma engenhoca estranha, talvez mecânica, que o meu pai tinha feito para me deixar algum dinheiro após a sua morte; o dinheiro deveria sair dela. Um velho simpático, uma espécie de vagabundo bondoso, apareceu e disse-me que o meu pai a tinha feito duas horas antes de morrer para que eu tivesse alguma herança; e o velho talvez tivesse uma chave para a acionar; não tenho a certeza; mas havia algo sobre uma chave... talvez também faltasse uma. De qualquer forma, uma gota de qualquer coisa, talvez moedas, saiu. Acho que o velho também se ajudou, pelo caminho. Eu disse-lhe que os meus pais estavam mortos.

Sonho 2 — Não me recordo do início, mas foi num enorme anfiteatro e havia um filme com cores incríveis num ecrã gigante à esquerda. Depois disso, a Pat Norelli *(acho que era ela, embora não se parecesse muito com a Pat)*, eu e dois rapazes estávamos a subir por um parapeito alto em direção ao topo do gigantesco teatro. Lá em baixo havia muitas pessoas a assistir a um espetáculo ou algo assim. Quando a Pat chegou a esse ponto, o jovem que a acompanhava fez algo em... e a frente do anfiteatro moveu-se de forma a que uma borda descesse para a alcançar e ela pôde chegar em segurança ao palco.

A rir, cantei como piada um verso religioso de um hino... que agora esqueci, porque o palco parecia um altar, e ela foi salva da queda e, depositada no palco, ficou no centro, de calças e blusa, com os braços estendidos, acenando para as pessoas. Eu gritei "Pat!", a querer dizer para esperar, e ela respondeu a sorrir. Então, o homem que estava comigo e eu começámos a descer a borda pelo caminho por onde viemos. O Rob acordou-me aqui.

SESSÃO APAGADA

11 de Junho de 1979

(Quando nos sentámos para a sessão, a Jane deu-me uma cópia [que está anexada] dos sonhos que teve enquanto fazia uma sesta esta tarde. "Acho que já tenho as interpretações deles", disse ela, "mas talvez o Seth também fale sobre eles. Na verdade, acabei de receber a última parte do segundo sonho enquanto estava sentada aqui.")

(Ela estava novamente muito relaxada hoje. Também captava do Seth, ao longo do dia, alguns comentários bastante divertidos sobre vários assuntos que mencionámos, desde "tapetes e saúde" até à "natureza da lei, a ligação entre a lei, os ideais e a sua realização; as reações do Tam Mossman aos nossos sentimentos sobre a Fate Magazine", etc.)

(Na última quinta-feira à noite, o nosso convidado foi o John Beahrs, um psiquiatra da região de Seattle, Washington. Agora estou a escrever uma longa carta para o Larry Dowler, da Biblioteca da Universidade de Yale, e essa atividade também apareceu nos comentários do Seth.)

(Sussurrando:) Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

"A importância da definição" é o nosso título para esta noite, pelo menos para começar.

Os ideais são vitais, pois fornecem um impulso para uma ação benéfica, uma ação que deve conduzir a alguma realização desse ideal de facto. Um ideal representa eventos que ainda não existem de facto. Devem servir como planos de ação concentrada.

Muitos ideais, no entanto, devem permanecer, pela sua natureza, algo generalizados — uma questão de inspiração, por exemplo, que talvez não possa ser colocada em palavras com tanta facilidade; ou, por vezes, o ideal existe simplesmente como um anseio por uma situação melhor, embora não surja de imediato nenhuma medida prática que ofereça um plano de ação concreto.

O ideal pode ser específico, portanto, ou indefinido, e a ideia que o homem tem do "bem" varia consideravelmente. Quanto melhor conseguires definir a tua ideia de ideal, melhor será, pois a definição, pelo menos, esclarece a tua mente e também sugere linhas de ação. O "melhor" idealista é um prático, alguém que percebe que a maioria dos homens gosta de trabalhar com detalhes. Muitos talvez evitem qualquer discussão filosófica

sobre a natureza do "bem", mas muitos também entenderiam e apreciariam o significado da palavra "melhor" quando aplicada a qualquer situação.

De modo geral, nestes termos, a lei é sábia, pois obriga-te a fazer especificações, cada uma trazendo mais definições, de modo que todas as partes pelo menos compreendam *(entre parêntesis, teoricamente [mais alto])* o significado dos termos.

Talvez não consigas obter soluções ideais com a lei, mas ela deve permitir a realização prática específica, pelo menos em parte, de uma situação ideal. Vocês os dois têm muita sorte, pois no vosso trabalho principal podem lidar diretamente com o ideal. Na escrita e na pintura, lidam com ele. O artista criativo está sempre envolvido na expressão do ideal, e o seu trabalho expressa esse ideal da melhor forma possível.

Na questão da publicação ou venda de quadros, outras pessoas estão envolvidas — outras que, muito raramente nas suas vidas, experimentam esse importante encontro entre, digamos, o eu como realidade e o eu idealizado e sentido, entre a pintura ou o poema como um ideal e a realização desse ideal. Não podes dar a essas pessoas uma impressão geral do que desejas. Se estás preocupado com questões como capas que não correspondem aos teus ideais do que as capas deveriam ser, então deves começar as tuas definições. O Ruburt tem-se preocupado principalmente com o ideal que está por trás de todos os seus livros e com a questão prática de lançá-los no mundo. *(Pausa.)* Para isso, ele esteve disposto a tolerar muitas coisas, a ignorar a falta de gosto na apresentação, por exemplo.

Às vezes, sentes uma indignação visual, porque os teus ideais naturais tendem a seguir o design e a integridade, as linhas e os padrões fluidos que pertencem à natureza do universo. Uma parte de vocês sente que, quando ocorrem distorções tão gritantes, como por vezes acontece na apresentação dos livros, é porque há carências invisíveis muito maiores de integridade. Isso é verdade e não é verdade, como sabes — idealmente, como seria maravilhoso se cada pessoa pudesse realmente compreender esses equilíbrios e desequilíbrios artísticos quando surgem.

Por outro lado, é claro, a própria individualidade implícita na arte diz-lhe que até mesmo o ideal deve seguir os seus próprios padrões excêntricos, e que o homem deve encontrar o seu próprio caminho para sair das suas *lacks* (deficiências, carências)*(soletradas)*. O Ruburt, no entanto, raramente lidava com essas questões, embora estivesse consciente delas, de modo que tu sentias que estavas a arcar com o ónus. Não podes esperar que a Prentice

compreenda a natureza do teu próprio idealismo, ou do idealismo do Ruburt, de forma que a Prentice, como entidade, o possa aplicar nas suas embalagens. Não — a menos que definas, que especifiques.

Vocês reúnem-se, os dois, em cada questão, conforme o caso, tomam a vossa decisão em conjunto e mantêm-se fiéis a ela. Não o faziam antes porque cada um ficava irritado com o modo de agir do outro.

O Ruburt achava que o teu idealismo poderia ameaçar a distribuição prática dos livros, de modo que o seu propósito idealista — divulgar estas palavras — poderia ser travado. Tu achavas que a falta de bom gosto e, muitas vezes, de integridade artística, era tão gritante que prejudicava as próprias palavras, estragava a mensagem. Os dois estavam preocupados com o ideal. Tu achavas que o Ruburt estava a ser demasiado "prático" e toleraria quase tudo; ele achava que tu estavas a ser demasiado pouco prático, por vezes.

Como nenhum de vocês realmente *(sublinhado)* definiu e levou por diante as suas definições, o resultado foi um pensamento a preto ou branco. Parecia-te que todos os livros estavam estragados, dessa forma, agora — ou parecia ao Ruburt que nada estava errado, dessa forma. Tinhas dificuldade em expressar prazer com uma determinada capa, ou esquecias-te, como no caso de *Seven Two,* pois os atributos dessa capa pareciam perder-se no teu descontentamento maior. Ou o Ruburt, sentindo desagrado com a Prentice em qualquer ocasião, tinha dificuldade em admitir-to.

Não penses em termos de uma situação ideal generalizada, mas em termos de melhores capas, de melhor comunicação com a Prentice — tanto em termos amigáveis, como nos apelos do Ruburt ao Tam, como em termos mais definidos, declarando claramente solicitações específicas. Caso contrário, nenhum de vocês ficará satisfeito. Outras editoras podem ter mais dinheiro para gastar. A Prentice não é uma grande editora comercial. No entanto, ainda lidarás com os mesmos tipos de pessoas, e o Ruburt tem-se saído bem, no que toca às editoras, ao lidar com livros inovadores publicados pela empresa. Algumas outras editoras poderiam ter exercido ainda mais pressão para manter o Ruburt a escrever dentro de certas linhas "seguras". Eles também foram inovadores, nos seus termos, ao publicar material antes de existir interesse público em eventos não-oficiais.

Estás pronto para os sonhos ou queres fazer uma breve pausa?

("Podemos fazer um intervalo.")

(A Jane riu ao sair do transe. "Eu não conseguiria fazer isto, mas tenho a sensação de que ele poderia continuar a noite toda. Sabes, atar tudo em conjunto — a lei, a Prentice, a saúde, os pobres e o sistema de saúde nacionalizado, os nossos ideais — e começar a partir de qualquer ponto que quisesses.")

(Retoma de forma bastante rápida às 22h02.)

O sonho um é uma resposta à pergunta do Ruburt sobre se era ou não uma boa ideia fazer um testamento agora, em vez de esperar por uma data mais tardia.

O pai do Ruburt sempre planeou fazer um novo testamento antes de morrer, mas continuou a adiar. No sonho, o Ruburt encontra um estranho mecanismo feito pelo pai, que supostamente distribui algum dinheiro. Aparece um velho bondoso que diz que o pai do Ruburt fez essa engenhoca duas horas antes de morrer, para garantir ao Ruburt alguma herança. Entretanto, o Ruburt suspeita que esse homem se esteja a aproveitar da mesma forma. De qualquer modo, o mecanismo deposita algumas moedas ou algo assim. Falta uma chave, e o velho também possui uma para o mecanismo, que acaba por entregar ao Ruburt, que então o faz funcionar.

O estranho mecanismo representa a mecânica da lei, que o pai dele usava mal e, na verdade, morreu antes de ter tempo de "fazer a engenhoca" mencionada no sonho.

As moedas representam a pequena quantia de dinheiro que o Ruburt recebeu. O velho também representa o pai do Ruburt, pois o Ruburt via-o a vagabundear, a desperdiçar tempo e energia — e, assim, a "roubar do pote". Não sobraria nada. O Ruburt não era ganancioso, mas curioso. A chave em falta representava as fechaduras de Yale *(dito com diversão enfática)*. O sonho dizia: "Não esperes até ser tarde demais para criar o mecanismo legal" e afirmava que Yale era, no mínimo, uma boa ideia. *(Pausa.)* O velho representava também o "tempo do velho" no sonho e reafirmava o facto de que um executor é importante, pois o velho representava — no sonho — o pai do Ruburt a agir como seu próprio executor, o que significava que a sua natureza o levava a deixar pontas soltas.

O sonho dois envolve dois casais, e eles são tu e o Ruburt. *(Pausa.)* Tu apareceste como os dois rapazes. O Ruburt apareceu como ele próprio e como a Pat Norelli. O anfiteatro representa tanto o mundo como a ação dramática das vossas vidas, na qual os vossos ideais e aspirações se

concretizam ou se representam em qualquer medida. Os casais mostram as vossas próprias "faces duplas". Um casal é corajoso, ousado, confiante, e dirige-se para o centro do palco. O outro casal, embora avance na mesma direção, teme o alto parapeito que deve atravessar, com medo de que conduza a um beco sem saída.

A Pat foi escolhida simbolicamente, mas representa uma situação concreta: quando vocês os dois visitaram Boston em digressão. Nessa altura, o Ruburt viu a Pat, que é professora e viajava pelos sistemas de crenças com a maior facilidade — convertendo-se ao Judaísmo, depois abandonando-o, e assim por diante. Falei na televisão, e ambos ficaram chocados com o abismo entre o que viam como a mensagem idealizada do nosso trabalho e a ridícula *(pausa)* falta de integridade do ambiente em que esse ideal era expresso. Refiro-me ao outro artista, etc. — as circunstâncias que conheces bem.

Embora ainda devotados ao ideal, vocês os dois ficaram bastante chocados, simplificando. As partes corajosas das vossas personalidades continuaram a ajudar-se mutuamente, como no sonho, até que a Pat Norelli — como o Ruburt — trabalhando facilmente com os sistemas de crenças, ficou no centro do palco, pronta para falar com outras partes mais receosas de vocês, que ainda estavam no parapeito alto. Essas partes começam a perceber que está tudo bem; podem descer ou juntar-se ao outro casal.

Para isso, no entanto, têm de recuar nas velhas crenças limitadoras e, se não tivesses acordado o Ruburt, os quatro ter-se-iam reunido no palco. O Ruburt estava certo no que aprendeu de mim hoje *(rindo ligeiramente)* — a respeito dos vossos tapetes, da medicina nacionalizada e de alguns dos seus efeitos sobre os pobres, caso fosse instituída.

No mínimo, deviam limpar os tapetes, mesmo que fiquem mal-humorados por um dia, já que, obviamente, estão mimados e têm medo de soalhos frios.

Tens alguma dúvida?

("Não.")

Faço o possível *(mais alto)* para definir e redefinir as tuas ideias sobre o ideal, para que possas obter benefícios práticos maiores e sentir alguma satisfação na concretização de, pelo menos, partes do ideal na vida quotidiana.

Fim da sessão e uma boa noite.

("Obrigado, Seth.")

A apresentação da Jane tinha sido boa durante toda a sessão e, mais uma vez, ela estava relaxada agora que a sessão tinha terminado. A referência do Seth aos pobres e ao sistema de saúde nacionalizado dizia respeito ao material que a Jane tinha recebido dele ao longo do dia. Os pobres estavam, na verdade, em melhor situação do que estariam com esse plano nacional de saúde, pois, tal como está, estão isolados e imunes a várias doenças das quais se tornariam vítimas caso pudessem pagar por esse tratamento — isto é, se os custos fossem pagos por eles. *(Um ponto de vista interessante.)*

SESSÃO APAGADA

12 de Julho de 1979

(Não houve sessão na noite passada, como estava programado. A noite estava muito quente, e a Jane estava incomodada com o calor e a humidade. Ela também estava bastante relaxada durante o dia, por isso não a convidei para uma sessão. Parece que os nossos sinais se cruzaram, pois fiquei a saber hoje que ela estava pronta para uma sessão, mas como eu não saí da sala de trabalho para perguntar se ela queria, ela pensou que eu não queria… Mas, por volta das 21 horas desta noite, a Jane surpreendeu-me ao sugerir uma breve sessão. A noite estava igualmente quente. Todas as nossas portas e a maioria das janelas estavam abertas por causa do calor, mas, quando a Jane entrou em transe, a fala dela foi bastante enérgica, quase rápida e, por vezes, muito enfática. Sem saudações, então:)

Agora: especialmente para o Ruburt. A frase a seguir:

Não tens a responsabilidade de mudar o mundo para melhor. Ou seja, mudar o mundo para melhor não é a tua responsabilidade pessoal. Tens uma necessidade natural de impressionar o teu mundo — de agir através dele, com ele e sobre ele, de o iluminar com a tua própria visão e, nesse caso, muda-lo automaticamente para melhor. A prerrogativa original é a criativa, a partir da qual todos os benefícios fluem automaticamente.

Se pensares que a responsabilidade de mudar o mundo é exclusivamente tua, então terás sempre uma sensação de fracasso que te sobrecarrega. O mundo está a ser mudado através do nosso trabalho, mas porque esse trabalho é, antes de tudo, um esforço criativo no sentido mais

pleno e profundo da palavra *criativo*. No entanto, quando adotares a atitude que mencionei, começarás a insistir em resultados criativos imediatos da mesma forma que o sapateiro faz — e, novamente, nós não estamos a fazer sapatos.

A carta do cientista *(Truzzi)* teve alguns bons resultados, ao cristalizar as tuas atitudes na poesia do Ruburt e em passagens para o livro dele. No entanto, também o fez pensar que ele não estava a mudar o mundo de forma alguma importante — que as pessoas com autoridade nem sequer as liam e que mesmo o meu último trabalho *(Mass Reality)* não faria qualquer incursão. Por um lado, por essa razão, ele não queria ditados de livros. Por outro lado… é claro que queria. É evidente que terminaremos o nosso livro ao nosso estilo habitual.

(Eu devia ter perguntado se o Seth se referia à sessão perdida de ontem à noite ou a esta.)

Quero, no entanto, enfatizar a existência de pessoas como o jovem que veio hoje. Tu estás a falar com veemência para as gerações mais jovens, e são elas que formarão a estrutura das chamadas instituições oficiais no futuro — e chegarão a essas instituições com valores muito diferentes dos das pessoas que estão no poder atualmente. Ponto final.

(O Seth referia-se ao Greg, um jovem que chegou ontem à tarde num táxi, carregando uma caixa com uma dúzia de cravos de haste longa de quatro cores. O táxi esperou, pois ele só poderia ficar alguns minutos antes de apanhar um autocarro para fora da cidade. O Greg queria apenas agradecer pelo trabalho que a Jane está a fazer, com a minha ajuda. [Ele conhece a Barb e o Jack Ebright — agora separados — de Colorado Springs, Colorado.])

Lembra-te também de manter a mente aberta em relação a cientistas individuais. É contra as visões oficiais da ciência, enquanto campo, que tu manténs uma grande variação.

("Não entendi a última palavra do Seth. 'Segura bem…?'")
(Com humor enfático:) Variação — desacordo — escolhe a palavra.

É bastante fácil reconhecer as formas como a religião organizada desestimulou a especulação intelectual vigorosa. Talvez seja mais difícil perceber que a ciência teme tanto o intelecto não oficialmente dirigido como as intuições não oficialmente dirigidas.

Nas escolas, por exemplo, há cursos de crítica literária, crítica de arte, e assim por diante. Supõe-se que as artes "não são reais". Portanto, é

bastante seguro criticá-las nesse aspeto, ver como uma história ou uma pintura são construídas — ou, mais importante, analisar criticamente a estrutura de ideias, temas ou crenças que aparecem por trás, digamos, do poema ou da obra de ficção.

Quando as crianças aprendem ciência, não lhes é permitido fazer críticas. Diz-se-lhes: "É assim que as coisas são." As razões da ciência são apresentadas como as únicas afirmações verdadeiras da realidade, que nenhum aluno deve contestar. Todas as fortes explorações intelectuais de contraversões da realidade surgiram na ficção científica, por exemplo. Aqui, os cientistas — muitos deles aficionados por ficção científica — podem canalizar com segurança o seu próprio questionamento intelectual para uma forma segura.

Podem dizer: "Afinal, isto é meramente imaginativo e não deve ser levado a sério."

Essa é a razão pela qual alguns cientistas que escrevem ou leem ficção científica ficam mais irritados com qualquer sugestão de que algumas dessas ideias representam uma conceção alternativa bastante válida da realidade. De certa forma, pelo menos na vossa época, a ciência tem tanto a temer do intelecto livre quanto a religião, e *(com ironia)* qualquer combinação forte de capacidades intelectuais e intuitivas não é feita à medida para vos trazer grandes amigos em nenhuma das categorias.

Infelizmente, a ciência prendeu as mentes dos seus próprios pensadores, mesmo dos mais originais, pois não ousam afastar-se de certos princípios científicos. Toda a energia contém consciência. Esta única frase é basicamente *(sublinhada)* uma heresia científica — e, em muitos círculos, também é uma heresia religiosa. O reconhecimento desta simples afirmação mudaria realmente o vosso mundo.

(Pausa.) Os nossos livros também são lidos com mais frequência do que parece, pois são emprestados de pessoa para pessoa ou de bibliotecas, por pessoas que não os comprariam numa loja — não necessariamente por razões financeiras. De qualquer forma, a carta fê-lo pensar em termos de responsabilidade novamente, mas esta sessão deve corrigir isso.

Ele está a sair-se bem fisicamente. Os episódios de relaxamento continuarão, assim que ele perceber que não precisa de estar a mudar o mundo a cada momento. Faz com que ele imagine que está a encolher os ombros. Os músculos das pernas traseiras estão, de facto, a alongar-se, tal como os braços. A mobilidade dos olhos está a aumentar. Os períodos de

relaxamento ajudam em todos os aspetos. Ele ainda precisa que o relembres, de vez em quando, da segurança do relaxamento.

Dá-nos um momento… Com algum sentido de liberdade e diversão, vocês os dois podem combinar elevadas qualidades de capacidades intuitivas e intelectuais para que, por vezes, se fundam numa mente superior.

Parte disto é difícil de explicar, mas assim como o mundo das aparências apresenta as suas próprias evidências, ao nível dos sentidos, a vossa realidade interior também apresenta fortes evidências da sua realidade. Mas essa evidência permanece, em grande parte, invisível, porque não se treinaram o suficiente para estarem atentos a essas manifestações. Há uma interação telepática entre vocês, é claro, que escapa à vossa perceção. Existem ligações da mesma forma entre ti e os teus animais e as árvores do teu quintal.

Podes, pelo menos, manter estes factos na mente. É uma questão de organização e de foco. Quando pensares no Quadro 2, fá-lo de forma divertida. Lembra-te de que os vossos processos são criativos.

Não me vou aprofundar no sonho do Ruburt com o [Johnny] Carson, pois ele próprio o interpretou corretamente. A estrela no teatro médico é a ausente, e isso aplicava-se à sua situação pessoal. *(Pausa.)* A ligação que ele não compreendeu tinha a ver com os anúncios de televisão no programa do Carson; a pressão exercida pela profissão médica, dizendo para não confiar no corpo — e o homem, o Doc [Severinsen], que é o mestre de cerimónias de um grande espetáculo — não significava nada de acordo com a sua interpretação geral conjunta do programa em particular. Tens outras perguntas?

("Acho que não. Ontem à noite ia perguntar como está o Volume 2 em termos de vendas.")

Muito bem. Desejo-te uma boa noite.

("Obrigado. Boa noite.")

(21h55.) "Estou contente por ter feito a sessão, então", disse a Jane. "Pelo menos resolvi isto, sobre as sessões dos livros…" Quando lhe perguntei o que queria dizer, a Jane disse que andava triste ultimamente, a imaginar o bem que o trabalho dos livros do Seth poderia fazer no mundo.

Sessão Excluída — 16 de Julho de 1979, Segunda-feira, 21h20

(A Jane estava muito desconfortável hoje, pois estava muito quente e húmido. Uma chuva no final da tarde ajudou a refrescar o ambiente,

embora não tenha durado o suficiente. A Jane esperou até ao último momento antes de decidir fazer uma sessão, pois continuava desconfortável. "Tenho tanta vontade de fazer uma sessão como uma vespa azul", disse ela com humor involuntário enquanto esperávamos o Seth chegar. Respondi que não conhecia nenhuma vespa azul com a qual pudesse fazer comparações.)

(As melhorias físicas da Jane continuam a ocorrer a um ritmo lento. Recentemente, houve mudanças notáveis para melhor nas suas duas mãos, embora cada uma funcione de forma diferente. Hoje de manhã, eu tinha manifestado a esperança de que o Seth pudesse fornecer algum material sobre os olhos da Jane, que não progrediram tanto quanto gostaríamos. Ao mesmo tempo, a Jane disse-me que notou uma melhoria na sua perceção das cores, mesmo com a visão dupla.)

(Apesar da noite quente, quando a Jane começou a falar pelo Seth, fê-lo de forma bastante enfática e rápida na maior parte do tempo. Devo acrescentar que acho que a sessão contém algum material sobre o Plano subjetivo que é muito bom — vale a pena trabalhar com ele diariamente.)

(Sussurrando:) Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Agora, vou simplificar um pouco para fazer várias observações.

Até certo ponto, a criatividade envolve-te *(pausa)* numa contradição com as evidências da realidade no teu mundo. Coloca-te num estado peculiar de ser — ou numa relação peculiar com o mundo aceite de evidências fatuais. O estado de criatividade pode *(sublinhado)* ser discutido como se fosse *(sublinhado)* um estado separado, como acordar ou dormir. Pode, de facto, envolver sonhos acordados. No estado habitual de vigília, nos termos desta discussão, lidas com as evidências físicas disponíveis do mundo tal como ele aparece à perceção atual — ou seja, com o que podes ver, sentir ou tocar, seja de imediato ou através de instrumentos físicos.

No estado de sonho, lidas com objetos que podem ou não ter uma realidade física. Misturas tempos e lugares, e o sonho em si é um ato completo. A criatividade permite-te, enquanto estás acordado, ignorar ou até mesmo contradizer o que parece ser a evidência concreta da realidade conhecida, seja em termos grandes ou pequenos. O ato criativo envolve-te num processo através do qual trazes de uma dimensão mental novos acontecimentos para o mundo que não estavam lá antes.

Algumas destas coisas são tão óbvias que passam despercebidas, mas, como quero relacioná-las com outros assuntos, vou discuti-las detalhadamente.

O Ruburt pode, de repente, ter uma ideia para um livro. Quer escrevê-lo. Em termos físicos, esse livro não está diante dos seus olhos. Não foi escrito, não foi publicado. A evidência física diz que esse livro não existe. Não faz parte das evidências físicas do mundo. A ideia do livro pode ter surgido num sonho ou no estado criativo em que os sonhos alcançam a realização física. Agora, o Ruburt poderia dizer: "Não posso escrever este livro" ou imaginar quantas páginas ele teria, ou pensar nos inúmeros impedimentos que poderiam impedir que o livro fosse escrito. Em vez disso, simplesmente ignora a evidência física da ausência do livro e começa a escrevê-lo de forma criativa.

Até certo ponto, a criatividade envolve sempre uma negação das evidências oficiais diárias da vida, pois a criatividade lida com aquilo que estás prestes a trazer à existência. Tens plena consciência da ausência que pretendes preencher. Ponto final. Isto aplica-se, obviamente, no caso das invenções. A criatividade envolve mudanças produtivas.

Na tua pintura, estás constantemente envolvido em trazer ao mundo algo que não existia antes. Preenches a lacuna. Reconheces a ausência no presente da pintura física que desejas produzir, e a tua criatividade traz essa pintura para a realidade. Com as ideias, com os nossos livros, lidam com estas questões o tempo todo. Há muitas evidências físicas no mundo. Foram reunidas ao longo dos séculos, nos vossos termos, de inúmeras maneiras, trazendo imagens da realidade, cada uma vívida, cada uma a contradizer a outra até certo ponto.

Quando o homem acreditava que o mundo era plano, usava os seus processos de pensamento de tal forma que tinha grande dificuldade em imaginar qualquer outro tipo de mundo, e lia as evidências de forma a que se encaixassem na imagem do mundo plano.

As evidências do mundo — os objetos, as sensações, e assim por diante — devem ser respeitadas e apreciadas. Contudo, não se deve esquecer que essas evidências fornecem um quadro composto — não apenas de padrões de perceção, mas de hábitos de perceção.

Portanto, seria altamente limitativo apresentar o nosso material de forma a enfatizar apenas os assuntos em que a ciência pudesse concordar. Na tua sociedade, as pessoas foram ensinadas, em muitas áreas, que a

mudança só pode levar à deterioração — e isso parece ter uma justificação científica. No entanto, a criatividade prospera com as mudanças.

Quero que ambos analisem a condição física do Ruburt à luz do que acabei de dizer sobre a criatividade contradizer sempre as evidências até certo ponto. Nos vossos trabalhos, vocês os dois têm automaticamente a coragem, a ousadia, de permitir que a criatividade siga o seu caminho. Até certo ponto, porém, ainda estão hipnotizados pela evidência da condição do Ruburt — quando, em vez disso, ela deveria ser usada como um ponto de partida, como uma lacuna a preencher com realidade *(enfaticamente)*. Quando crias, sonhas. A criatividade, mais uma vez, prospera com o sonho, e o sonho serve como um canal para a atividade do Plano subjetivo. Não te concentras no que está no caminho. Não imaginas impedimentos.

O Ruburt tem-se saído bem a seguir os impulsos, e os padrões de sono alterados têm sido, de facto, benéficos — pois o seu corpo, para compensar a falta de movimento constante normal, queria essa atividade extra. *(Pausa.)* Por outro lado, isso permite o rompimento de certos hábitos mentais e físicos — um choque suave nos sistemas mental e físico que possibilita uma mudança benéfica. Há alguns anos, pouco antes de assumirem o segundo apartamento, o Ruburt escreveu no seu diário que parecia que o dia estava cinzento ou que a cor tinha fugido do mundo. Na altura, a sua condição incomodava os olhos, que melhoraram com o tempo.

Contudo, no último episódio, a falta de movimento foi mais notória, assim como a contração dos músculos do pescoço e da cabeça. A situação é a mesma que apresentei no passado e, novamente, o problema é que vocês se deparam com "as evidências". Nenhum sintoma existe isoladamente, mas numa base geral.

(Pausa.) Há um exercício que o Ruburt leu, que ajudará neste caso, no qual se imagina os olhos a afundarem-se para trás na cabeça. Esse exercício está num livro dele. Se realmente aprendessem a confiar no Plano subjetivo, estabeleceriam aí os vossos objetivos e confiariam que se manifestariam de forma tão criativa como os vossos livros ou pinturas. *(Sussurrando:)* O mesmo aplica-se à produção, à produção física, dos livros da Prentice, ou às vendas.

Se começasses a pensar em termos de livros bem produzidos, sem imaginares impedimentos, o processo começaria automaticamente. Serias levado a fazer sugestões apropriadas, por exemplo, com antecedência — ou o processo criativo de alguém no departamento de arte seria subitamente

estimulado para ter uma nova ideia, ou qualquer outra coisa. Ignorarias qualquer evidência em contrário, exceto o facto de reconheceres uma lacuna a preencher de forma criativa.

Tens alguma dúvida?

("Acho que não.")

Ouçam o que disse mais uma vez: apliquem a criatividade em todos os níveis das vossas vidas. E desejo-vos uma boa noite.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

(21h56, mas num minuto o Seth voltou:)

Quis dizer que as horas do final da noite ou antes do amanhecer são, de facto, excelentes momentos para a criatividade. Especialmente porque as mentes de homens e mulheres *(com humor)* não estão tão concentradas nas evidências físicas do mundo, de modo que, de forma estranha, o "peso" dessas evidências é menor e há aí uma vantagem embutida.

É como se, agora, a atmosfera mental estivesse mais clara — e encontrarias ideias a fluir na tua mente também nessas horas, especialmente com esse "agora" lúdico em mente. Não digo que devas tornar essas horas noturnas as tuas horas oficiais, mas elas proporcionam à criatividade uma facilidade acrescida, juntamente com as mudanças nos padrões habituais. Fim da sessão.

("Obrigado.")

SESSÃO 869 (PARTE APAGADA)

30 de Julho de 1979

(O material a seguir é da 869ª sessão.
A noite estava muito quente e húmida. A Jane esteve tão relaxada durante todo o dia que acabou por adormecer depois do jantar. Ela experimentou muitas sensações físicas e mudanças no corpo — e eu pude perceber que o corpo dela estava a responder muito bem às atitudes que estavam a melhorar constantemente. Mais de uma vez, ela expressou a esperança de que essas inúmeras mudanças estivessem a conduzir a melhorias duradouras e evidentes na sua condição física.)

(Enquanto dormia, duas mulheres de Trumansburg apareceram sem avisar. Falei com elas durante uma hora na varanda de trás. A Jane levantou-se por volta das 20h30. As mudanças no corpo continuavam. Ela disse que tentaria fazer uma sessão, mas não tinha a certeza de conseguir.

"Bem, o Seth está quase pronto", riu ela às 21h01, "mas eu não sei quanto a mim.")

(Sussurrando:) Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Agora: o corpo do Ruburt está a reduzir as tensões. Essas tensões foram projetadas sobre ele por estados mentais. Nos últimos dias, em particular, esse nível de tensão foi esplendidamente reduzido.

No caso específico do Ruburt, os estados mentais tensos foram os principais responsáveis pela sua dificuldade física. O seu comportamento tem sido muito útil, e esse comportamento é o resultado de um novo reconhecimento, da parte dele, de um sistema de crenças — um sistema de crenças que tu aceitaste intelectualmente durante algum tempo — e que agora ele está a começar a compreender e a aceitar emocionalmente.

(Pausa.) As ações das pessoas, mais uma vez, são determinadas principalmente pelos seus sistemas de crenças, pois esses sistemas estabelecem os padrões de comportamento e definem os potenciais e as limitações que são aceites geralmente como factos literais.

Na vossa cultura, há várias circunstâncias infelizes incorporadas em particular. A personalidade humana é, naturalmente, uma que busca a realização de valores e a criatividade. Mais uma vez, não se trata apenas do facto de o homem não viver só de pão, mas de a sua vida estar intimamente ligada à necessidade de expressão criativa — a sua necessidade de se desenvolver como indivíduo e, portanto, de afetar o seu mundo.

As várias e incontáveis capacidades humanas individuais fazem parte do vosso, digamos, *pool* genético como espécie — portanto, o impulso para usar criativamente as capacidades individuais é uma necessidade espiritual e biológica. Os ditames freudianos e darwinistas degradam enfaticamente a capacidade do homem para a "grandeza", para a ação heróica nesses termos, e desvalorizam muito todo o significado atribuído ao eu individual. A ênfase da psicologia na norma média, conforme mencionado anteriormente, fez com que as pessoas acreditassem que o indivíduo deveria ser quase um carbono de qualquer outro indivíduo. As idiossincrasias eram mal vistas, e os sinais de capacidade criativa eram suspeitos na proporção direta à força dessas capacidades.

(21h18.) As pessoas eram colocadas numa posição em que tentavam usar impulsos criativos muito importantes acreditando que esses impulsos eram, de facto, antinaturais, altamente suspeitos, ligados à loucura ou

insanidade — ou, no mínimo, que essas capacidades levariam a um comportamento antissocial.

Nesse sistema de crenças, muitas pessoas criativas sentiram que eram necessárias proteções, pois foram ensinadas a temer as suas próprias capacidades. Nessa estrutura de crenças, o Ruburt sentiu-se justificado em usar sintomas físicos como proteção em ambos os níveis. Esses sintomas proporcionavam alguma proteção até mesmo contra a espontaneidade interior, de forma que as capacidades interiores fossem reguladas — e também o protegiam de qualquer comportamento depreciativo por parte dos seus semelhantes no mundo.

Essa desconfiança insidiosa das capacidades criativas é alarmantemente perigosa para a sociedade e assustadora para o indivíduo. A pessoa é ensinada a desconfiar mais das capacidades nas quais, instintivamente, mais confia. Isto leva inevitavelmente à divisão. As pessoas criativas não são autodestrutivas, mas, se às vezes assim parecem no mundo ocidental, é por causa dessa divisão, dessa barreira artificial.

Esta visão significa que a pessoa é ensinada a desconfiar precisamente das capacidades que mais poderiam ajudar a criar soluções criativas. Quando se sai dessa estrutura de crenças, esses mecanismos de proteção pessoal e defesa já não são necessários. O Ruburt está a começar a entender isso.

No sistema antigo também, qualquer problema físico é visto como se fosse inevitável que permanecesse ou piorasse. No nosso sistema de crenças, veja bem, isso não se aplica. No sistema antigo, quase se tem de temer o aperfeiçoamento pessoal, para não se iludir — outra ironia desse sistema. O corpo do Ruburt está a responder porque a sua afiliação principal — *principal (sublinhado)* — está a mudar, de modo que as ações necessárias no sistema antigo já não se aplicam.

Uma observação: os nossos livros chegam a pessoas de todas as esferas da vida. Se me permites, o excelente material significa automaticamente, no entanto, que muitas pessoas com excelente intelecto são naturalmente atraídas por ele — e algumas das mentes que serão importantes nos próximos anos já estão familiarizadas com o material, ou estarão.

(21h28. Isto marca o fim do material privado.)

SESSÃO 870 (PARTE APAGADA)

1 de Agosto de 1979

(O material a seguir é da 870ª sessão. Surgiu por causa de um sonho que tive durante a sesta esta tarde. Para minha grande preocupação, descobri que a Jane tinha caído da cadeira na porta da casa de banho. O breve sonho foi tão vívido que me fez despertar de um sono profundo. Vê o relato no meu caderno de sonhos.)

Dá-nos um momento… O teu sonho apenas refletia os temores em relação ao Ruburt. Ele resmungou e assim por diante durante o sono. Tu ouviste-o e imaginaste se ele não estaria na casa de banho e precisaria da tua ajuda.

O sonho refletia a tua preocupação profunda e o teu medo de que ele não sobrevivesse, mas piorasse. E essas preocupações foram causadas simplesmente por um acúmulo de velhas crenças negativas que chamaram a tua atenção para que pudesses tomar consciência delas.

A melhoria do Ruburt, de certa forma, desencadeou as tuas esperanças e, devido às tuas crenças do passado, também desencadeou os teus medos profundos.

Essas condições, agora fisicamente responsáveis pelo problema ocular, estão a ser reduzidas. Ele ainda precisa de ser encorajado no que diz respeito ao relaxamento, mas já deu a volta por cima. Não deixes que as melhoras reacendam velhos medos — lembra-te de que a melhoria é natural, espontânea e fácil no novo sistema de crenças.

SESSÃO 871 (PARTE APAGADA)

6 de Agosto de 1979

(O material a seguir foi extraído da 871ª sessão. Por volta das 15h30 da última quinta-feira, a Jane teve uma experiência surpreendente — uma experiência que esperávamos que o Seth mencionasse esta noite. Naquele momento, a Jane estava sentada à mesa da cozinha, a cerca de dois metros da porta aberta da varanda. O dia estava quente e húmido. Uma tempestade tentava formar-se há algum tempo; finalmente, começou a chover e a ventar enquanto eu ajudava a Jane a preparar um prato para ir ao forno para o jantar.

O vento ganhou força, soprando do sul para o outro lado do vale e subindo a Holley Road. A chuva caía em lençóis. Fui até ao quarto fechar as janelas. Quando o fiz, uma rajada terrível de vento atingiu-me. Em meio ao barulho, enquanto observava a chuva forte, ouvi a Jane gritar. Pensei que ela pudesse ter gritado com os gatos, mas na cozinha vi que ela estava sentada à mesa, com cacos de vidro espalhados pelo tapete aos seus pés. Por algum motivo, nesse dia, eu tinha-me esquecido de fechar a porta contra tempestades — e a súbita rajada de vento fechou-a com tal força que partiu a parte inferior dos dois painéis de vidro.)

(Ao princípio, eu não conseguia acreditar nos meus olhos. O vidro partido tinha sido catapultado na direção da Jane, mas ela estava sentada, ilesa das pontas afiadas. Debaixo da mesa, encontrei um grande pedaço de vidro, com cerca de 30 centímetros de largura, encostado à perna interior da mesa — exatamente onde normalmente me sento. Por alguma estranha peculiaridade da velocidade e da física, esse pedaço de vidro, com ponta de faca, não só foi projetado para dentro da cozinha, como também conseguiu girar num ângulo quase reto, passando por cima da Jane para parar, em frente das pernas dela, contra a perna da mesa. Aquilo poderia tê-la cortado gravemente.)

(Quase imediatamente o vento forte começou a abrandar, embora a chuva continuasse. Com a mesma rapidez com que percebemos que ela não estava ferida, também percebemos que algo invulgar tinha, de facto, acontecido. Sentimos que ela tinha sido poupada de ferimentos — por qualquer razão. Enquanto eu limpava as dezenas de pedaços de vidro e os colocava numa caixa de cartão pesada, conversámos sobre o motivo pelo qual ela poderia ter sido protegida e decidimos pedir ao Seth que comentasse.)

(A Jane ficou tão relaxada à medida que a hora da sessão se aproximava, que me disse várias vezes que teria de adiar a sessão para a noite seguinte. Ao mesmo tempo, ela tinha em mente muito material do Seth — sobre a experiência com o vidro; um sonho que eu tivera em 1 de Agosto, no qual a encontrava deitada no chão, junto à porta da casa de banho; e um terramoto bastante forte que tinha ocorrido a sul de São Francisco, na Califórnia, naquela tarde. O Seth, disse ela com algum espanto, planeava ligar todos esses episódios. Pareciam formar uma combinação muito improvável. A Jane também sentiu haver mais

informações relacionadas com as minhas perguntas de algumas sessões atrás, sobre a relação da doença com os seres humanos.)

("Acho que estou confusa", disse a Jane enquanto estávamos sentados. "Estou tão relaxada, mas sinto todo aquele material ali. Quero, mas não tenho vontade de fazer. Oh… está bem", acabou por rir, enquanto eu tomava estas notas. "Eu faço a sessão. Pelo menos vou tentar.")

Bem, uma coisa de cada vez — e esperamos ligar tudo isso.

Quando o Ruburt permite que o corpo relaxe, ele aproveita a oportunidade enquanto a tem, de modo que o relaxamento parece exagerado. No entanto, isso é muito benéfico. Se ele realmente confiasse nisso esta noite, teria simplesmente mudado de planos e feito a nossa sessão amanhã. Mas então ele preocupou-se com a possibilidade de talvez não conseguir compreender todo o material amanhã — portanto, é uma questão de aprender a confiar em si mesmo *(dito com um humor gentil)*.

Ele tem-se saído muito bem, para ele, nesse aspeto — seguindo os impulsos de limpar a casa, por exemplo — confiando em toda a forma da sua natureza. Depois, por um tempo, ele deparou-se simplesmente com algumas das velhas crenças de novo, preocupado com o facto de que os seus impulsos não o levassem a escrever o suficiente. Esse tipo de preocupação temporária pode surgir de vez em quando. É simplesmente uma questão de se lembrar da nova estrutura de crenças e confiar que os impulsos o estão a guiar na direção correta.

Ele tem-se levantado durante a noite porque o corpo quer exercitar-se com regularidade nesse período. As capacidades criativas dele não o abandonaram — o que o incomoda é o medo de que isso aconteça se não forem exercitadas de forma consciente e persistente.

Vocês não precisam de se forçar a ser criativos. No ritmo natural e bastante periódico da criatividade do Ruburt, ele escreve de forma bastante constante, exuberante e inspirada. É assim que ele funciona naturalmente. Entre essas fases, ele precisa de variedade, mudança e descanso. Ele está a regenerar-se, e esses períodos são naturais — servem para aumentar os "períodos" criativos da produção diária óbvia. O eu criativo está sempre a criar e faz o seu melhor quando se confia simplesmente nele. Então, ele surge com as suas produções. Ponto final.

Com o Ruburt a acordar durante a noite, por vezes tu preocupavas-te vagamente se ele conseguiria "navegar" bem — e, por vezes, quando estavas fora de casa, também te perguntavas: ele está seguro sozinho? O teu

sonho trouxe esses medos à superfície da mente — e, quando esses medos se tornaram conscientes, vocês os dois decidiram mostrar a vocês mesmos que o Ruburt estava, de facto, seguro e protegido. Ponto final.

Devido às mudanças na rotina, "esqueceste" de colocar a tranca na porta. Lembra-te de que tens um conhecimento interior de todas as condições meteorológicas. Portanto, ambos estavam cientes, em certos níveis, da tempestade que se aproximava.

(A partir daqui, o material do Seth estende-se em informações mais generalizadas, por isso é apresentado como parte da 871ª sessão. Parte da discussão trata do episódio do vidro partido. Um carbono extra das notas que descrevem esse evento acompanha a 871ª sessão).

SESSÃO APAGADA

12 de Agosto de 1979

(Às 22h, perguntei à Jane se ela estava com vontade de fazer uma sessão. Hoje recebemos a visita do Loren, da Betts, do Doug, além do Dick, da Ida e do David, e por vezes a zona da virilha esquerda incomodava-me bastante. Agora, depois de todos terem ido embora — o Dick e a família ficaram até cerca das 20h — eu senti-me realmente mal. Tal como na primavera passada, não me sentia bem. Não sabia se os meus sintomas de mal-estar eram físicos ou mentais, e estava muito preocupado. Pensei numa hérnia — o Loren tinha sido operado a uma hérnia este verão — mas suspeitei que o mal-estar fosse basicamente mental. Tinha sido assim na primavera passada. E agora, esses sentimentos tinham regressado. Por mais que tentasse, não conseguia encontrar o adjetivo certo para descrever as sensações na virilha; não eram de dor — mas o quê?

(Na verdade, estava cada vez mais incomodado nos últimos dias — desde que, pensei, a reunião de família tinha sido sugerida pela Betts há algumas semanas. Ainda assim, durante todo o verão, achei que não me tinha recuperado totalmente dos transtornos drásticos da primavera passada. Passei a dar-me sugestões todas as manhãs, ao acordar, antes de chamar a Jane — e isso ajudava. Mas sabia que os sintomas permaneciam "debaixo da superfície", por assim dizer.

(Hoje, enquanto os membros da família conversavam, tiravam fotografias, viam televisão, comiam e assim por diante, senti o desconforto

na virilha esquerda crescer em ondas. Por duas vezes, saí para usar o pêndulo. Cada vez, isso ajudou — mas apenas temporariamente. Pensei em pedir ajuda à Jane, mas não queria fazer isso porque via que ela estava a sair-se muito bem. Não queria introduzir elementos negativos no dia, especialmente porque o desempenho dela estava muito melhor do que no ano passado, quando todos se reuniram. [Depois desse encontro, ela teve as suas próprias reviravoltas.]

(Quando mencionei uma sessão à Jane, ela disse finalmente que não estava com vontade; estava a ficar relaxada, "mesmo fora de si", e percebi que ela preferia não fazer isso. Fui dar uma caminhada, o que ajudou. Quando voltei para casa, as sensações aliviaram. Então, enquanto eu estava sentado a tomar notas, a Jane disse que se sentia melhor e que tentaria fazer uma sessão. Então:)

Bem, uma apresentação repetida — uma repetição instantânea do material apresentado de outras formas anteriormente, com uma nova abordagem.

Pensa nos diapositivos mostrados hoje *(pelo Loren)* do postal de Tunkhannock, Pensilvânia, EUA — lar dos valores convencionais, americanos e protestantes. Estou a generalizar *(sublinhado)* aqui para fazer uma observação: uma terra em grande parte de cartão-postal, na qual os clichés sociais passam por comunicação, na qual as cerimónias sociais tomam o lugar das comunicações privadas — uma terra onde as crenças devem ser como marcos: imutáveis, totalmente fiáveis, sempre presentes para servirem de pedras de toque, para que o protestante puritano não se desvie de objetivos dignos. Uma terra onde as coisas devem ser julgadas assim e assim; uma terra onde as pessoas desaparecem o mais possível em papéis familiares e sociais estabelecidos, onde as linhas são claramente marcadas.

Agora: em geral, essas comunidades têm os seus professores, juízes, advogados, dentistas, alguns agricultores nos arredores da cidade, alguns operários, um número suficiente de ministros e alguns parques de estacionamento. Todos sabem a que nível social cada pessoa pertence. A posição da esposa, geralmente, depende do marido.

Os poucos que ousam começar algo novo afastam-se. A comunidade mantém-se unida porque certas crenças são, de facto, partilhadas. São convencionais e estereotipadas. Isso não significa que não possam ser úteis para essas pessoas.

(Estas comunidades têm poucos poetas, poucos artistas e menos meios de comunicação. Tunkhannock é, na verdade, uma versão idealizada deste tipo de comunidade. Nesses termos (sublinhado), ela é, para o Loren, um passo à frente de, por exemplo, Sayre, cuja história é mais rica até mesmo em origens de "classe baixa". Sayre, no entanto, representa geralmente a versão do homem mais pobre desse ideal americano, e foi de lá que muitas das suas crenças e das dos seus irmãos tiveram origem.)

Um homem provava ser homem, por exemplo, ao ser pago todas as sextas-feiras à noite, regressando a casa depois de uma paragem no bar, com as moedas a tilintar-lhe no bolso, para entregar à esposa o dinheiro para as despesas da semana. Não quero ferir os teus sentimentos, mas as tuas crenças particulares sobre o homem e o dinheiro são, de certa forma, bastante paroquiais — e deves entender que, no que diz respeito ao dinheiro, essas crenças também têm pouco valor moral — *valor moral*.

Podes rir com certo desdém quando eu mencionar, por exemplo, que noutras sociedades, tanto hoje como no passado *(pausa)*, um cavalheiro provava o seu valor moral e o seu valor pessoal ao *não* trabalhar. Agora, essa ideia não é mais ridícula do que a ideia que tu tens — pois ambas tentam provar o mérito pessoal através da manipulação de dinheiro e estatuto.

É tão ridículo provar o teu valor trabalhando, num sentido convencional, como é provar o teu valor não trabalhando, num sentido igualmente convencional. Os americanos sempre mantiveram um desdém excelente — e, muitas vezes, compreensível — pelo que era considerado o cavalheiro europeu, ou mesmo o cavalheiro literário, ou o homem que, de uma forma ou de outra, não precisava de "misturar-se com as massas".

Não trabalhar num emprego comum, ou numa ocupação claramente definida, sempre teve para os americanos um tom de decadência europeia — e isso resulta, em parte, da atitude dos primeiros protestantes em relação aos cavalheiros ricos e aos trajes ornamentados da Igreja Católica Romana no final da Idade Média.

(Tranquilamente divertido:) Agora, com esta simples explicação, quando sabes que os teus irmãos te vão visitar, saltas instantaneamente para as velhas crenças da infância — quando a tua mãe queria que desses o exemplo — o que significava ser alguém na sociedade, na sociedade normal de classe média, agora. Usa a tua arte para ganhar dinheiro. Caso contrário, seria um risco aos olhos dela. Ela esperava um papel claramente

definido. E agora, como é única, está mais do que satisfeita com a tua situação: uma boa casa, num bom bairro — e quem se importa de onde vem o dinheiro? *(com mais do que um pouco de humor)*

(11h34.) Mas tu preocupas-te com o facto de seres visto como um fracasso dentro da estrutura desse sistema americano de "cartões-postais" — embora agora vejas claramente que o sistema de cartões-postais não é brilhante e lustroso, mas sim uma fachada, atrás da qual se esconde uma grande tristeza.

Tens, repetidamente *(com diversão)*, uma mente não convencional, capacidades não convencionais — habilidades que abrangem vários campos de ação. Tens uma esposa não convencional. E como utilizaste essas capacidades, tentando trazer um pouco de liberdade para esse mundo de cartão-postal, o teu trabalho resultou, automaticamente, numa vida confortável. Os teus esforços não podem ser rotulados, nem a tua contribuição *(para mim)* para o nosso trabalho conjunto pode ser avaliada. Não há ninguém que te diga quantos dólares por hora recebes pelo teu trabalho — ou qual o valor dele.

Tens medo de ser visto como um cavalheiro de lazer — na pior das hipóteses, um crime moral, certamente à luz das crenças que tiveram origem na altura em que os protestantes se afastaram da Igreja Católica Romana.

O homem das letras também não é compreendido — e sentes que os teus irmãos não conseguem entender o que fazes, pois as mentes deles parecem relativamente fechadas — relativamente fechadas até para os seus próprios livros, que automaticamente ofereceriam uma explicação.

O teu corpo, por si só, está muito feliz por ser tão bem provido *(com mais humor)*. O Ruburt disse que costumava gostar do dinheiro que era "em notas", porque era tangível — e tu entendeste. Mas também lhe disseste que o dinheiro dos livros, que vinha em cheque, era igualmente bom — e até havia mais dinheiro.

No entanto, queres mostrar algum meio tangível de apoio — da forma mais literal — aos teus irmãos, pois sentes que eles não conseguem entender o que fazes *(sublinhado)*.

(Pausa.) Não quero dar uma de espertinho, mas a tua inteligência e as tuas capacidades simplesmente colocam-te noutra área de atividade — pela qual deves estar grato. Não sejas excessivamente paroquial ou nacionalista nos teus pontos de vista. Há uma longa história de masculinidade que se

expressou através do desenvolvimento do pensamento, da meditação silenciosa — e não me refiro necessariamente ao tipo místico — da comunhão da mente com a natureza.

Não há nada de errado com o teu corpo. As recordações e associações trazem à superfície velhas crenças — e tu vês, nessas visitas de família, a culminação dessas velhas crenças nos teus irmãos. Deves dizer: "Eles já não são meus. Eu aprecio o meu próprio valor único." E deves libertar-te sempre que esses pensamentos surgirem — não os inibindo, mas confrontando-os, reconhecendo as suas origens, percebendo que já os deixaste intelectualmente para trás — e decidindo libertar-te emocionalmente dos seus efeitos.

Fiz recentemente alguns comentários sobre oferta e procura, mas há questões muito mais profundas. A menos que haja crenças negativas a bloquear-te, as ideias criativas com que contribuis para o trabalho atenderão, automaticamente, às tuas necessidades — e é mesmo absurdo quereres substituir essa boa sorte por conceitos paroquiais como o homem como provedor ou o homem atuando de forma definida.

No passado, por causa das tuas crenças sobre ti próprio, tinhas um certo desdém pelas pessoas que talvez encontrasses na rua durante o horário comercial ou de trabalho — ou pelas pessoas que não tinham emprego, ou que não batiam o ponto, ou seja o que for — e é com base nessas atitudes que te julgas *(intensamente)* e te consideras em falta, digamos, aos olhos dos teus irmãos.

Quando a tua arte era comercial, podias dizer, novamente, que estavas a trabalhar. Quando pintas, sentes que não podes justificar a tua arte — e nos nossos livros queres saber qual a percentagem que as tuas anotações e contribuições podem representar no total dos direitos de autor, por exemplo.

(Pausa.) As capacidades da maioria dos homens são suficientemente prosaicas e convencionais para que o seu valor possa ser determinado — ou negociado por sindicatos *(dito com diversão)*. Se tudo o que um homem pode fazer para "provar o seu valor" é apertar um parafuso num carro, conduzir um camião ou mesmo dar uma aula, então ele certifica-se de que essa contribuição seja notada e que lhe seja atribuído um valor definido. Mas não se pode estimar o valor das ideias ou da criatividade dessa forma.

Nessa probabilidade *(sublinhado)*, a combinação específica que resultou no nosso trabalho exigiu os dois — envolve combinações de

capacidades de ambas as partes e assenta em todo o relacionamento entre vocês.

(Longa pausa.) Tens medo de parecer que o dinheiro te chega com demasiada facilidade — quando, no velho sistema de crenças, todos sabiam que era preciso trabalhar arduamente.

Quero libertar-te de quaisquer conceções erróneas remanescentes — mas ainda acreditas que as tuas velhas ideias sobre dinheiro e homens têm algum tipo de valor moral elevado. *(Mais alto:)* Os protestantes sempre pensaram que os artistas eram decadentes, que a contemplação era perigosa e que o lazer era um crime. *(Continuando a divertir-se:)* Apreciar o teu trabalho era suspeito — e se gostas de uma mente não convencional, de algum lazer para contemplar o mundo à tua volta, então já é hora de deixares esses conceitos paroquiais para trás e perceberes que não existe qualquer retidão moral neles.

O teu corpo tenta aproveitar os privilégios que aparecem como resultado das capacidades criativas que estás a usar. Ele gosta de boas refeições e de uma cama confortável. Fica bastante irritado quando uma parte de ti pensa que devias estar a fazer outra coisa para ganhar a vida. Essas ideias, até certo ponto, inibem até os planos naturais que surgem na tua mente — anotações próprias que levariam, automaticamente, a um livro teu — porque procuras a ti mesmo.

Deves escrever o teu próprio livro se quiseres, porque queres — não por causa do dinheiro que possa estar envolvido. Uma parte de ti ainda pensa que há algo de errado com o dinheiro, a menos que possas mostrar exatamente de onde ele veio — ou as pessoas podem pensar que és um vigarista ou um gigolô que vive às custas da tua esposa. Deves aprender a descartar essas ideias como se fossem lixo. O teu corpo está no sítio certo, na hora certa — e *(mais alto)* eu posso ver que eu estava no sítio certo, na hora certa, para a nossa conversa.

Tens alguma dúvida?

("Não. Preciso de algum tempo para rever tudo isto.")

Então desejo-te uma boa noite. Limitei-me às crenças mais importantes sobre dinheiro e estatuto masculino, mas essas reuniões *(de família)* também trazem à tona crenças sobre a idade, a doença e assim por diante.

Podes usar essas situações, mais uma vez, como trampolins. Em grande parte, essas crenças representam as evidências do velho mundo

antes de serem confrontadas com a luz da nova criatividade. Salta contra esse mundo — para o reino mais criativo que sabes, no teu coração, que é uma representação muito mais verdadeira da realidade.

Permite que o teu corpo relaxe — e agora desejo-te uma boa noite.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

(00h13. Eu já me sentia muito melhor. "Caramba", disse a Jane, "se me tivesses dito que eu poderia ter feito aquela sessão depois de eles terem saído, eu não teria acreditado. Eu estava exausta. Também me senti egoísta. Só queria ver o programa de televisão [Upstairs, Downstairs], mas quando acabou senti-me melhor e soube que precisavas de ajuda…" A fala dela foi animada e rápida durante toda a sessão, com muito humor e diversão.)

("A única coisa que eu poderia ter perguntado", disse eu, depois de ter tido uns momentos para pensar, "era porque é que escolheria 'agarrar-me' aqui." Apontei para a minha virilha esquerda. "Sei que, em sessões anteriores, o Seth disse que eu associava o lado esquerdo às partes inconscientes da personalidade e ao papel masculino na sociedade [ver sessões excluídas de 4 e 16 de Abril de 1979], mas…"

("Ele ainda está por aqui", disse a Jane. E depois:)

Ora bem: crenças — isso está correto. Não quero enfatizar demasiado esse ponto, portanto, não o enfatizes tu também — mas a ideia é que, por vezes, tu ficas zangado com as tuas próprias "capacidades criativas inconscientes". Coloquei esse termo entre aspas porque consideras que as capacidades criativas são, em grande parte, inconscientes. Então, achas que, se não fosses tão criativo, poderias ter um nicho adequado para ti — e, por isso, tensionas uma parte do corpo que te parece ligada ao lado inconsciente do eu e escolhes a virilha, o que liga as velhas crenças sobre o sexo masculino às crenças sobre criatividade.

De novo — sem querer exagerar —, nesses momentos, uma parte de ti pensa, ou acha em parte, que se fosses "um simples trabalhador", a vida seria mais fácil. Percebes claramente as conexões?

("Sim.")

Tens mais alguma dúvida?

("Neste momento, não. Obrigado, é muito bom.")

(A Jane fez uma pausa, ainda em transe. Eu esperava que ela encerrasse a sessão, mas vi que era um daqueles momentos em que ela —

ou o Seth — poderia dizer mais. Fiquei surpreendido, considerando como ela se sentia antes da sessão. Então:)

Há uma longa história ligada a essas crenças puritanas americanas sobre moralidade — que tem a ver com o facto de que os padres medievais eram, por vezes, licenciosos e opulentos. Eles não trabalhavam nos campos *(exceto os monges pobres)*, e os protestantes determinaram, por exemplo, que os seus ministros teriam famílias, trabalhariam com o povo e estariam demasiado ocupados para atividades de lazer licenciosas.

Eles desprezavam toda a decoração e consideravam a arte pecaminosa. A pobreza era digna e prova de moralidade. No entanto, no vosso país, isso foi associado ao crescimento do individualismo económico, do darwinismo e assim por diante.

Embora os homens pudessem competir por um meio de vida, a riqueza, em si, era — e ainda é — altamente suspeita. Mesmo um homem rico, à luz dessas crenças, dedica-se à arte — *dedica-se* — justificando qualquer amor pela arte como um bom investimento.

(Longa pausa.) Em épocas passadas da história, como sabem, os artistas tinham patronos — mas a sociedade atual ainda não aprendeu a lidar com o seu pessoal criativo. Remunera-os mal, ignora-os ou remunera-os de forma extravagante. Nunca se encaixaram na ética de trabalho protestante — e a própria ideia de uma mente criativa não se encaixou — pelo menos até agora — nos padrões gerais da sociedade, quer em termos de religião, quer em termos de ciência.

Leva tudo isto a sério. Recebeste as circunstâncias exatas que a tua vida e criatividade exigem. É pura tolice procurares ou desejares estruturas tão rígidas de autoestima ou de mérito. Fim da sessão.

("Obrigado.")

Uma boa noite carinhosa.

("Sim.")

(00h31. Afinal, algo realmente tinha deixado a Jane animada. O Seth ainda estava por perto, disse ela. "Mas agora vou beber um pouco de leite, comer uma bolacha e fumar um cigarro — e ir para a cama", riu-se. A energia dela ainda estava alta. Mesmo sentada na cama, comentou que estava a captar mais daquele material generalizado do Seth.

(O humor ou a estrutura de receção dela continuou mesmo no dia seguinte. Aqui está uma cópia das notas que escreveu para mim: "Comecei a receber algum material do Seth logo depois do pequeno-

almoço. Senti como se ele estivesse a ser gentilmente inserido na minha mente — e, por qualquer motivo, apercebi-me disso. É como se isto acontecesse com frequência, o material a ser inserido e depois 'empilhado' ou guardado para, digamos, a sessão seguinte. Durante uns minutos, cinco ou mais, estive ciente de uma grande quantidade de material sobre trabalho e sobre a corrente principal protestante *(separada de, digamos, Emerson, James ou Thoreau)*. Pensei em escrever e contei algumas coisas ao Rob. Agora, no entanto, só me lembro vagamente do assunto — agora já nem tenho certeza disso *(e foi apenas cerca de dez minutos depois de ter contado ao Rob o que tinha percebido)*.

Agora está vago: os americanos não confiam no pensamento criativo, a menos que se aplique especificamente a considerações práticas… nada de novo nisso; acho que apenas esqueci… Havia a ideia de que o verdadeiro trabalho criativo é o trampolim para o tipo mais comum… e algo sobre as vocações serem vistas com desconfiança neste país…

Vinte minutos depois, estava sentada à mesa da sala da frente, sentindo-me relaxada e em paz com as coisas, quando tive uma experiência estranha, breve, mas adorável; algo aconteceu momentaneamente — senti como se estivesse a ver com tudo de mim, em vez de apenas com os olhos. Como se as minhas moléculas vissem o que eu também via — à sua maneira. Fisicamente, a minha visão era a mesma, acho… mas havia uma apreciação visual mais completa, ou uma plenitude difícil de pôr em palavras.")

(Uma observação final: no início desta sessão, escrevi que tinha dificuldade em descrever a sensação muito incómoda na virilha esquerda — que não era dor, mas o quê? No final da sessão senti-me muito melhor; notavelmente, então, o material do Seth estava certo. Depois, na casa de banho, lembrei-me, enquanto nos preparávamos para nos recolher: a sensação na virilha era como um nó — e a minha perceção foi desencadeada pelo comentário do Seth sobre a tensão que eu criara nessa área. Num piscar de olhos, o entendimento levou-me a uma conclusão tão óbvia que, ao que parece, eu já devia ter alcançado antes por mim mesmo: a sensação de nó era muito parecida com os espasmos musculares que eu tivera nas costas, anos atrás, quando morávamos na West Water St.

(Esta manhã senti-me muito melhor depois de um sono excelente. Concentrei-me nas sugestões de que os músculos da virilha estariam relaxados hoje e funcionariam bem, e assim por diante, enquanto tentava

recordar esta sessão antes de a digitar. Às 21 horas, a melhoria mantinha-se).

SESSÃO APAGADA
13 DE AGOSTO DE 1979

(A Jane terminou de ler a sessão eliminada de ontem à noite às 21h00 — eu passara quase o dia inteiro a digitá-la a partir das minhas notas. Ela achou-a ótima, e eu também. Isso produziu um alívio quase imediato nos meus sintomas, disso estava certo. Dormira muito bem.)

("Mas agora onde estão todas aquelas coisas que eu estava a apanhar com o Seth hoje?", exigiu ela. "Está na hora da sessão e eu não tenho uma ideia na cabeça…" Portanto, depois de tanto tempo, ela ainda preferia saber antecipadamente o que viria numa sessão.

("Estou apenas à espera", disse. "É isso que me irrita — e aqui, ontem à noite e hoje de manhã, eu estava a entender tudo tão claramente". E um pouco depois: "O que estou a receber agora são apenas coisas desconexas". Então, algo estava lá, afinal. "Vamos, Seth", disse ela com humor inconsciente, "por amor de Deus, vamos a isto. Agora estou a receber algo ali [à esquerda dela] que não tem nada a ver com o que eu estava a captar há dois minutos aqui. Sabes quando testas a água com o dedo para ver se está na temperatura certa antes de entrar? Bem, as coisas precisam de se encaixar de uma certa forma para que eu me sinta bem.")

(É difícil descrever, mas a voz da Jane em transe estava um pouco mais baixa do que o habitual, muito clara, precisa e calma de uma forma estranha. A dicção dela era mais fácil de entender, o ritmo bastante deliberado).

Bem...

("Boa noite, Seth.")

Boa noite.

Eu disse-lhe que os sonhos tiveram um papel importante naquilo que vocês consideram *(sublinhado)* evolução. De certa forma, esta é uma extensão da sessão de ontem à noite, mas a ligação com a arte é importante.

O estado de sonho é *(sublinhado)* uma declaração de perceção e de comunicação. Os homens de uma parte de um continente sonhavam com animais que nunca tinham visto fisicamente, mas que habitavam outras zonas geográficas. Sonhavam com terras mais férteis, talvez a centenas ou

até milhares de quilómetros de distância. Esses sonhos incitavam-nos, então, a explorar fisicamente o seu mundo.

A arte era frequentemente usada da forma como a estás a usar agora — pelo menos até certo ponto no teu caso — como método de definir essas imagens de sonho, que não eram necessariamente encontradas no ambiente imediato. Alguns desenhos rupestres são exemplo disso.

A arte, como pintura ou desenho, era, então, um elemento vital naquilo que consideras a evolução do homem. Quando várias pessoas diferentes de uma determinada tribo, por exemplo, sonhavam e desenhavam imagens de animais semelhantes, o povo começava a procurar a sua materialização física. Os homens sonhavam os seus próprios mapas da mesma forma — um homem sonhava, talvez, uma parte, e vários sonhadores contribuíam com as suas versões, desenhando na areia, em vigília, ou nas paredes das cavernas.

Desenhar e pintar, durante esses períodos, era considerado sagrado e imensamente útil ao mesmo tempo. Há, de facto, um tipo de vida onírica comunitária, na qual cada indivíduo contribui — uma vida de sonho onde tanto os vivos como os mortos desempenham um papel, nos vossos termos.

Em essência, a criatividade desta natureza é, de facto, sagrada e altamente prática — e dessa dimensão de atividade vieram todos os padrões iniciais *(sublinhado)* da vossa sociedade altamente tecnológica. Contudo, a vossa sociedade enfatizou e exagerou as características objetivas da vida a tal ponto que a arte parece ser um fenómeno estético e algo remoto, bastante desligado do tempo físico. Pode encantar os olhos como decoração ou cobrir um espaço vazio na parede.

(Pausa.) A Igreja Católica Romana apropriou-se da arte, inseriu o seu simbolismo forte, deu-lhe um valor religioso, social e político reconhecível. *(Pausa.)* No entanto, ela própria tornou-se um símbolo sobrecarregado de opulência eclesiástica — e isso aplica-se também, por exemplo, no passado, à arquitetura. Para que serviam as catedrais ornamentadas, repletas de anjos, santos e gárgulas esculpidos, a brilhar com vitrais coloridos, quando as pessoas viviam em cabanas e trabalhavam no campo? Assim, os edifícios nos Estados Unidos deveriam ser simples e funcionais, sem ornamentação, quando o país foi estabelecido. Até as roupas começaram a tornar-se menos coloridas, como, por exemplo, o traje austero dos puritanos.

(9:48) Naqueles séculos europeus "decadentes", o valor de um homem ou de uma mulher era, indiscutivelmente, determinado pelas circunstâncias do nascimento. A partir daí, nada poderia alterar o valor intrínseco do indivíduo. Existiam justificações religiosas e culturais infinitamente complicadas para tal situação, de modo que todo o caso parecia, muitas vezes — mesmo para o homem mais inteligente — evidente.

O camponês era pobre porque era, basicamente, bruto por causa da sua ascendência. O cavalheiro era bem-sucedido porque certo refinamento entrara no seu sangue devido à sua linhagem real — ou quase real. A posse de terras, só por si, concedia não apenas um estatuto social, mas todo um mundo embutido de crenças privilegiadas. Um homem com propriedades, fosse canalha ou tolo, era, antes de tudo, um homem de valor.

Deus criara os ricos e os pobres, os privilegiados e os não-privilegiados — e, portanto, cabia ao homem manter esse status quo. Se Deus quisesse *(irónico)* que todos os homens fossem ricos, ter-nos-ia feito nascer a todos em castelos. Tal era, mais ou menos, o raciocínio.

Quando tudo isto mudou, como deveria ter mudado *(pausa),* o mundo atravessou grandes transformações. Pode não parecer grande coisa, mas um filho de lavrador, no passado, seria sempre filho de lavrador. Seguiria os passos do pai. Não tinha o mesmo valor de um príncipe — fosse da Igreja ou do Estado. A sua posição era pobre, mas as suas liberdades e limitações eram conhecidas, e o seu valor, fosse qual fosse, era aceite como a sua posição na vida. Podia ser um bom lavrador ou um lavrador pobre, mas era um lavrador.

O mundo da arte, da literatura, da música ou do saber estava-lhe vedado. Quando o vosso país começou a sua própria saga, cada indivíduo deveria ser considerado igual, independentemente do nascimento. Muitas dessas mesmas pessoas não tinham tido quaisquer vantagens na Europa. Eram arrivistas. O que fizeram foi criar linhas de partida iguais para uma corrida espantosa, onde cada um começava na mesma posição e depois tentava superar o outro, livres das distinções de classe que outrora os impediam. Como havia poucas regras básicas — e como o desenvolvimento de uma cultura leva tempo — esse grupo indisciplinado começou a dominar o continente para mostrar à Europa que os americanos podiam fazer melhor do que a Europa, sem um rei e sem pompa.

(Pausa.) No entanto, os fundadores do país ainda eram, em grande parte, homens de propriedades e de cultura — os signatários da vossa

constituição —, por isso também tiveram o cuidado de garantir margem para a existência de escravos, que, não sendo considerados plenamente humanos, não precisavam de receber os direitos da constituição *(com ironia)*. Deixaram brechas apropriadas para isso.

Agora: de certa forma, para o bem desta discussão *(sublinhado)*, os negros, enquanto escravos, representavam parcialmente esses grandes poderes criativos, exuberantes, desapegados e inconscientes que, na perspetiva da cultura dominante, deviam ser contidos — pelo menos por um tempo. A crença deles nos sonhos, o amor pela música e pelo canto, até mesmo um certo sentimento místico de conexão com a terra — todos esses elementos eram permitidos aos negros apenas porque não eram considerados plenamente humanos. Homens e mulheres brancos não deviam agir assim.

O senso de valor de uma pessoa passou a estar ligado à aquisição de terras, embora em menor grau, tal como na Europa. Mais tarde, a aquisição de objetos tecnológicos tornou-se um complemento adicional. Um homem provava o seu valor à medida que avançava nos níveis dessa nova sociedade — uma experiência estimulante após séculos de uma sociedade estratificada.

(10:12) Se os homens eram considerados iguais, contudo, as ideias de Darwin e Freud vieram alterar o significado de igualdade, pois, de acordo com elas, os homens não eram iguais em honra, integridade, criatividade ou heroísmo — eram iguais em desonra *(mais alto)*, egoísmo, ganância e igualmente dotados de um instinto assassino que agora era visto como herança natural do passado biológico do homem.

O propósito de um homem parecia resumir-se a apertar parafusos para montar um automóvel, passar horas numa fábrica, trabalhando num produto final que talvez nunca chegasse a ver — e, como muitos sentiam que havia pouco valor intrínseco em vidas gastas dessa forma, começaram a exigir compensações cada vez maiores. Assim, podiam comprar mais e mais produtos, adquirir uma casa e exibir, através das posses, que o seu status os tornava homens de valor.

Todas as pessoas desejam trabalho significativo. Todo trabalho significativo implica um relacionamento significativo e produtivo entre o indivíduo e o mundo natural — uma contribuição que serve tanto a própria sobrevivência e realização como a sobrevivência e realização do mundo

natural. Desse modo, indivíduo, sociedade e natureza encontram-se, fundem-se e sustentam-se mutuamente.

Em muitas sociedades passadas, adivinhos, especialistas em sonhos, poetas e artistas eram os membros mais reverenciados, pois reabasteciam constantemente as capacidades criativas do homem, permitindo-lhe ver a sua posição na sociedade e no mundo natural com novos olhos. Ele — ou ela — ajudava a formar o padrão para o desenvolvimento futuro da comunidade, para o seu crescimento e para a sua interação com a natureza.

Esse é um dos tipos mais importantes de trabalho — e é nisso que tu estás envolvido *(atentamente)*.

(Pausa) E, como muitas pessoas reconhecem essa contribuição essencial, tu estás financeiramente seguro. Nessa estrutura maior de atividade, a tua criatividade está a ser justamente recompensada *(ainda com atenção)*. Então, que ultraje cometes contra ti mesmo sempre que tentas justificar a tua posição em termos de dinheiro ou de valor, medidos pelos limites mais estreitos e provincianos das expectativas sociais da tua época.

Essa atitude é duplamente limitadora: priva-te do senso de valor agradável e natural que o teu corpo e a tua mente possuem intrinsecamente — ou seja, tu percebes, no fundo, a justeza da tua posição. Tens um senso natural de equilíbrio interno que apenas é perturbado por essas preocupações.

Elas surgem, em parte, sempre que pensas em ti primeiro como um homem — e só depois como um indivíduo. És um indivíduo antes de tudo — e um homem, depois. Poderias ser um indivíduo masculino ou feminino, mas *(mais alto)* não poderias ser nenhum dos dois se não fosses, antes de tudo, um indivíduo — e esse indivíduo, mais uma vez, possui uma mente e uma habilidade não convencionais que são mais necessárias do que nunca no teu tempo e espaço.

(10:30) Dá-nos um momento... Até certo ponto, sentiste que precisavas provar o teu valor como homem convencional, nos termos paroquiais, embora possuísses habilidades que apenas seriam consideradas convencionalmente masculinas se pudessem ser devidamente ‘lavadas’: arte transformada em trabalho comercial; outras capacidades criativas, como a tua escrita, que poderia ter seguido vários campos — até mesmo escrever westerns. Reconheceste as realizações masculinas comuns nos desportos, que traziam aprovação imediata, mas não escolheste esse caminho.

(Pausa) Ruburt também tentou provar o seu valor, possuindo um excelente intelecto — que, no entanto, não era visto como feminino. Tudo isso se aplica à situação da vossa família. Quanto mais cada um de vocês desenvolvia as suas habilidades singulares, menos se encaixavam nos estereótipos de género em que a família *(para mim)* acreditava tão firmemente.

Para ser um 'bom homem' aos olhos daquela família, parecia que tinhas de ser menos artista ou menos pensador. Para parecer uma 'boa esposa', Ruburt tinha de parecer menos pensador, menos escritor. Assim, cada um de vocês seguiu padrões duplos para si próprio, tentando expressar características quase opostas.

Não sei se me faço claro. Ruburt tentou demonstrar independência na família, para mostrar que era *(sublinhado)* um escritor, e ao mesmo tempo tentou expressar dependência, para mostrar que era uma boa esposa. Isso também se aplicou a muitas relações sociais. Se fosse bem-sucedido como escritor, parecia que não seria uma esposa tão leal — e, por vezes, no passado distante, tu sentias o mesmo quando tentavas ser 'o homem provedor', aceitando um emprego apenas para satisfazer esse papel restrito.

A parte do artista revoltava-se; assim, quanto melhor marido eras, nesse sentido, mais pobre parecia o artista — mas *(mais alto)* ao menos eras visto a sair de casa todos os dias, como um bom homem devia fazer *(com diversão astuta)*.

Agora podem libertar-se dessas tolices e perceber que, muitas vezes, lutaram contra dragões de papel. O mesmo se aplica às lutas de Ruburt com a ideia de 'trabalho', por vezes diretamente contrárias às suas ideias de criatividade. Ele sente que tem de estar 'trabalhando' o tempo todo, para que os outros vejam que não é apenas uma dona de casa inútil.

(Eu ri.)

Agora: tens perguntas?

("Não, por enquanto está bom assim.")

Desejo-vos as melhores noites — e adoraria ver-vos, a ambos, tornarem-se um pouco menos provincianos.

("Ok.")

— nos vossos pensamentos. Tenta perceber que, mesmo nos teus termos, existiram infinitas culturas sobre a face da Terra, cada uma a definir, com grande 'retidão moral', os papéis de homens e mulheres. Houve sistemas de crenças mais livres e exuberantes, e outros mais

restritivos — por isso, vê os da tua própria cultura, à medida que te afetam, como apenas uma das sempre variadas fabricações sociais pelas quais um homem colora os seus dias.

O teu valor eterno — e até mesmo o teu valor diário — está intrinsecamente para lá desses valores fabricados. Vive com um toque mais suave.

(Silenciosamente) Fim da sessão.

("Obrigado, Seth.")

O meu ponto de vista é, admito, mais cosmopolita do que o teu — mas o teu próprio conhecimento interior também é amplo, nesses termos, e esse conhecimento pode, de facto, ser libertado do confinamento social. Muitas vezes, podes seguir os costumes sociais com bastante facilidade quando percebes que são apenas costumes *(atentamente)* — e não pronunciamentos morais. E isso é tudo. Creio que estás a aprender.

("Boa noite.")

"Eu não fazia ideia se este era o material que eu estava a receber esta manhã ou não", disse **a Jane**. "Eu estava bem longe disso. Foi divertido — como se estivesses a observar outra cultura e a ver que era assim que aquelas pessoas viviam. No entanto, não precisavas de prestar muita atenção àquilo. Eu não saberia dizer o que recebi agora."

*(A Jane também ficou surpreendida com a quantidade de tempo que tinha passado. **Ela** não sentiu a passagem do tempo, enquanto, noutras ocasiões, podia ter uma noção bem definida da "distância psicológica" ou do tempo que tinha decorrido.)*

"Não sei porque é que tenho esta coisa direcional", disse **a Jane**. "Mas antes da sessão eu estava a receber aquele material negro ali [à sua esquerda] e o material de desenho rupestre ali [à sua direita], e tive de esperar que eles se juntassem."

SESSÃO APAGADA

20 de Agosto de 1979

(A Jane recebeu cerca de 50 cartas, encaminhadas pela Prentice-Hall hoje. Entre elas, havia uma de uma produtora do o Dan Curtis, que quer obter os direitos da história da sua vida para um possível filme para televisão. Os créditos parecem muito bons. A Jane não queria sentir-se obrigada a obter material de o Seth para esse projeto esta noite.)

(Ao procurar uma sessão particular para a Sue Watkins ontem, deparei-me com a sessão datada de 12 de Abril de 1971. Uma linha ficou comigo, de modo que a li hoje à tarde. Infelizmente, acabei desanimado, pois muito do que estava escrito sobre os sintomas de a Jane e as nossas razões conjuntas para permitir que eles persistissem ainda se aplicavam. A Jane leu o texto antes da sessão. Parte dizia respeito ao facto de ela se conter no próprio sucesso por medo de que a minha falta de sucesso fosse dolorosa para mim, em comparação com as conquistas dela. Perguntei-lhe se achava que esse tipo de pensamento ainda poderia ter um papel nos seus problemas. Ela achava que não. Eu certamente esperava que não fosse. A sessão contém uma ou duas linhas de abertura excelentes que quero usar numa nota para o Eventos de Massas.)

(Estou a habituar-me a pensar em Eventos de Massas agora e estou organizado para começar a produzir as notas para ele — algo como criar um novo ninho onde me possa sentir confortável para trabalhar no novo emprego.)

(A Jane estava cada vez mais relaxada à medida que nos sentávamos para a sessão. "Mas eu não queria perder uma sessão", disse ela, sonolenta. Depois: "Eu sinto-o por perto agora, pelo menos — acho que estarei pronta num segundo.")

Ora bem…

(Sorrio numa saudação.)

A maior parte disto já foi dita antes. Os sintomas de o Ruburt sempre foram uma medida de cautela e proteção. Ele acreditava que tais medidas deviam ser tomadas por causa do conceito errado que tinha sobre o eu espontâneo e a criatividade.

Ele acreditava que a sua criatividade era orientada de forma altamente específica apenas para a expressão artística. Ele não entendia que o eu espontâneo conhece a sua própria ordem *(suavemente)* ou que o eu criativo espontâneo tinha qualquer noção das suas necessidades e desejos

conscientes. Ele acreditava que, muitas vezes, a criatividade se expressava à custa de outras partes de o eu e que, se fosse permitido transpor os limites *(com gestos)* da produtividade artística para a vida normal, isso levaria a todo o tipo de atividades perturbadoras. Obviamente, isso não é o caso.

A criatividade específica é apenas um aspeto importante da vasta e quase incompreensível produtividade de a psique, pois é ela que produz as suas vidas. Tu tinhas pais e irmãos, uma família. O Ruburt não tem ninguém da mesma forma. Ele tinha um casamento infeliz quando vocês se conheceram. Quando ele se apaixonou, foi de todo o coração, e estava determinado a unir a sua criatividade com o casamento.

(O Billy agora miava e saltou para a cadeira de a Jane enquanto ela falava em transe — algo que ele raramente faz. Ele acomodou-se atrás dela.)

Por causa das suas crenças culturais, ele também estava determinado a não permitir que a sua "natureza feminina" impedisse o seu progresso como escritor ou o teu como artista. Ele considerava ser seu dever ajudar-te a ter sucesso como artista, acreditando fervorosamente que esse era o teu principal desejo.

Certamente, ele tentou fazer com que o sucesso dele não o rebaixasse aos olhos dos outros. Novamente, todo este material já foi fornecido. Até certo ponto — não enfatizes demasiado este ponto — os problemas físicos colocam-no no papel de mulher dependente. Ao mesmo tempo, ele não é isso, claro, pois não consegue desempenhar completamente o papel feminino de cuidar da casa, e assim por diante — portanto, dessa forma *(sublinhada),* ele também mostra que é escritor. Não se limita aos modos femininos tão humildes.

Tu também lhe dás muito mais atenção do que davas antes do surgimento dos sintomas — atenção que ele acredita merecer. Tudo isto, entretanto, está relacionado com o mal-entendido sobre a natureza de o eu criativo, e de ambas as partes.

O prédio de apartamentos era uma coisa, uma mistura de várias classes de pessoas. Quando vieste para cá *(para a Pinnacle Road),* para um tipo mais lucrativo de América de classe média, ao estilo de Elmira, perguntavas-te o que as pessoas pensavam, por estares em casa o tempo todo. Até certo ponto *(sublinhado),* e mais uma vez apenas como parte do quadro, os sintomas têm sido um dispositivo social que, em graus variados, agora, serve aos propósitos de ambos. Além disso, a sessão dada

recentemente sobre o estado criativo é vital, pois vocês ficaram hipnotizados, claro, pela situação materializada. Portanto, releiam essa sessão juntamente com esta.

(A Jane relê frequentemente a sessão particular de 16 de Julho de 1979. (9:49.) Muitas outras questões estavam envolvidas, como já foi dito muitas vezes — mas todas se baseavam na incompreensão de o eu espontâneo — a sua criatividade. Até certo ponto, os sintomas proporcionaram a ambos um amortecedor contra o excesso de distrações de pessoas de fora. Tornaram-se dispositivos muito úteis por uma série de razões. Só podem servir até certo ponto, claro, antes de as objeções de o corpo declararem mais claramente a sua discordância. O Ruburt tem-se saído bem e está a caminhar nas direções corretas, principalmente com as ideias de facilidade de trabalho e auto-hipnose informal.)

A sessão que acabámos de mencionar sobre o estado criativo tem dicas importantes que o Ruburt tem usado, mas que pode usar ainda melhor. *(Pausa.)* Os sintomas serviram, então, como uma estrutura. Muitas vezes, a linguagem corporal é usada nestes casos, para declarar uma situação, para comunicar uma atitude que, de outra forma, não está claramente declarada. Trazer estas questões à tona ajuda, pois quanto mais conscientemente te tornas ciente do que estás a dizer através de uma condição física, mais adequadamente podes expressá-la verbalmente ou de outras formas. Assim, não precisas que o teu corpo faça essa declaração por ti.

Os nossos livros tornar-se-ão ainda mais lidos. Também não quero enfatizar demasiado esse facto, mas eles oferecerão alternativas a um número cada vez maior de pessoas que se encontram entre o fervor crescente do fundamentalismo, que surge com o desencanto com a ciência.

O trabalho de o Ruburt, no que diz respeito aos seus sintomas, baseia-se principalmente nas suas atitudes mentais, e elas estão de facto a mudar para melhor. O estado de criatividade é algo que vocês os dois conhecem intimamente. Nele há um tipo de plasticidade mental ou psíquica, em que a evidência do mundo normal perde os contornos rígidos, torna-se menos real e, ainda assim, é tocada pela criatividade de a psique, de modo que pode *(sublinhado)* num instante ser literalmente transformada.

Nesse estado, os canais para as probabilidades estão abertos e recetivos. A matéria física é vista pelos cantos dos olhos mentais, por assim dizer. Na verdade, a matéria pulsa num ritmo diferente quando estás nesse

tipo de estado criativo, de modo que o corpo fica muito recetivo à cura. Tudo funciona em conjunto, percebes?

As sessões, a atividade onírica, a escrita de livros, a poesia e a pintura de o Ruburt — esses estados, por si só, contribuem para a sua saúde. Preocupação, projeções futuras de condições desagradáveis, preocupação com a imagem pública, ou qualquer outra coisa — até mesmo preocupação excessiva com o próprio trabalho — tudo isso causa tensão e cansaço. *(Pausa.)* Quando vocês se veem como estando primariamente em oposição direta às ideias de o mundo *(pausa)*, então o Ruburt sente necessidade de se superproteger contra isso. Vocês devem ver-se principalmente numa excelente posição para ajudar o mundo, o que gera um conjunto totalmente diferente de sentimentos e crenças.

(10:06) Cada um de vocês deve tentar ter a sensação (sublinhada) de criatividade tal como a conhecem e, depois, deixar que essa sensação se espalhe para outras partes da vossa vida e, particularmente, para a área de mobilidade de o Ruburt.

Ele tem feito mais tarefas domésticas, em grande parte. Isso é importante, não apenas por causa da maior mobilidade que isso implica, mas também pela mudança de atitude.

(Pausa.)

Pintar deveria ser suficiente, podes pensar às vezes, mas escolheste ser o tipo de pessoa que queria explorar os alcances maiores de a realidade, dos quais a própria arte emerge. Estavas à procura de algum tipo de veículo e encontraste-o. O Ruburt deveria entender isso. Conscientemente *(sublinhado)*, no início de o vosso casamento, ambos teriam ficado encantados por trabalhar juntos a fazer histórias aos quadradinhos, desempenhando papéis masculinos e femininos de forma bastante convencional, apenas com um toque a mais. As vossas habilidades levaram-vos muito além, e está na altura de atualizarem as vossas ideias.

Falar novamente sobre o assunto juntos ajudará, pois esclarecerá quaisquer mal-entendidos que restem. Falarei sobre a tua pergunta em relação ao filme mais tarde.

Tens alguma dúvida?

("A Jane recebeu hoje a sua primeira carta da Alemanha." Quis dizer, claro, que foi a primeira de um leitor da edição alemã do Seth Fala. Estava escrita em inglês e era incrivelmente típica das cartas que ela recebe daquele país.)

Os livros serão bem-sucedidos e haverá mais traduções. Levando em consideração as probabilidades, há movimentos culturais envolvendo o mundo ocidental na tentativa de formar uma nova postura filosófica, e os nossos livros podem muito bem fornecer uma posição alternativa altamente valiosa para as pessoas — novamente — entre os sistemas de crenças apaixonadas de a religião em muitos países e os ditames excessivamente objetivos de a ciência.

O surgimento de a religião fundamentalista em o mundo árabe *(ou seja, em o Irão)* tem uma certa correlação com o surgimento do cristianismo fundamentalista no vosso país e, de facto, servirá como um lembrete necessário em todo o mundo da natureza exagerada que a religião pode assumir quando está aliada a o governo. A ciência aliada a o governo tem os seus próprios dogmas *(atentamente)*, então o mundo civilizado estará à procura de novas alternativas.

(Longa pausa.) Até agora, houve um excesso de confiança, digamos, em a ciência objetivada e um repúdio às partes intuitivas de o eu. Isso leva, em alguns casos, a um repúdio exagerado de o raciocínio objetivo e à aliança de um tipo fundamental de religião com as partes intuitivas de o eu.

Uma civilização deve evitar qualquer um dos extremos, tal como, claro, cada indivíduo deve fazer. Portanto, até certo ponto, forneceremos alternativas. As vossas cartas mostram que essas alternativas são necessárias. *(Pausa.)* Se forem mencionados de forma desfavorável por pessoas que são fanáticas de uma forma ou de outra, isso mostra que vocês estão *(sublinhado)* a fazer incursões e que os nossos livros estão *(sublinhado)* a ser lidos o suficiente pelos seguidores de determinada doutrina para deixarem os líderes de tais doutrinas inquietos.

(O Seth provavelmente refere-se a uma carta que a Jane recebeu hoje de um fã em o Ohio, que anexou uma cópia de uma carta que ele escreveu a defendê-la para o Jacques Vallee, que evidentemente mencionou a Jane num dos seus livros. A carta está arquivada. O Vallee errou nos factos, ao que parece, atribuindo o trabalho de a Jane à escrita automática, etc.)

(Pausa às 10:25.) Deves perceber novamente que escolheste a tua situação e que, por ser valiosa, a procuraste. Se o Ruburt entender isso, perceberá que não precisa de se proteger pessoal ou socialmente, pois todas as suas características têm o objetivo de o ajudar a lidar com sucesso com o desafio que escolheu. O mesmo se aplica a ti.

(Pausa.) Não entendes a natureza das tuas próprias extensões psicológicas, nem como as tuas palavras escritas influenciam os outros. Disseste que o Benny Hill *(o comediante inglês)* divulga as suas crenças no seu programa e, da mesma forma, as tuas anotações nos nossos livros divulgam as tuas próprias crenças e fornecem um exemplo de uma estrutura criativa e também razoável para interpretar o comportamento psíquico.

Fim da sessão *(sussurro).* Uma boa noite carinhosa.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

("Sabes, ele estava bem diferente em transe", disse a Jane. "Eu sei que havia algo diferente a acontecer. Sei que eu sabia." Mas ela não explicou, ou não pôde explicar.)

("Como o quê?" perguntei.)

("Não sei. Lembro-me de que estava a falar como o Seth e olhei para ele e o Billy estava a olhar para mim de uma forma totalmente diferente da que ele já tinha olhado antes. Eu simplesmente sei disso. Ele simplesmente olhou para mim como se eu fosse uma pessoa totalmente diferente — ou isso, ou eu percebi-o diferente em transe.")

(Talvez quinze minutos depois de ter saltado para a cadeira de a Jane, o Billy desceu daquele lugar e enroscou-se em mim enquanto eu estava sentado no sofá a fazer anotações. Ele permaneceu assim até ao final da sessão. Isso também era um pouco incomum para ele.)

SESSÃO 874 (PARTE APAGADA)

22 de Agosto de 1979

(O material a seguir é da 874ª sessão. Citarei algumas linhas das passagens de encerramento dessa sessão para dar início ao que vem a seguir para a Jane.)

(10:37.) Nenhum desses espermatozóides é ainda uma pessoa. Mas todos eles têm a capacidade de se tornarem pessoas, de acordo com as ações das probabilidades. De certa forma, então, cada pensamento tem a mesma relação com a sua materialização de facto que o espermatozóide tem com a sua possível materialização como pessoa. O espermatozóide tem de encontrar o óvulo. O pensamento tem de encontrar o seu ninho físico. Quando estás num estado criativo consciente, ajudas a formar o ninho que desejas para recolher os pensamentos que queres materializar. Estás a lidar com os aspetos mais profundos de a realidade.

O Ruburt estava nesse estado durante a experiência dele na noite passada. Foi, de facto, uma experiência de cura, quando ele estava a lidar com a plasticidade dos eventos e a trazer aqueles que queria para um foco melhor, recorrendo conscientemente às suas próprias habilidades criativas mais amplas. Ele deveria fazer esses exercícios diariamente.

Tens alguma dúvida?

("Durante a sessão de segunda-feira, eu ia perguntar sobre o sonho que ele teve — na tarde de segunda-feira, acho eu. Mas agora não me lembro.")

Dá-nos um instante... De modo geral, tanto aquele sonho como o de hoje representavam sentimentos profundos de que os desafios poderiam ser enfrentados com sucesso, até de forma aventureira — que ele estava seguro. Embora os céus tremessem ou se dobrassem, ele serviria refeições a muitos — o que significa que lhes ofereceria alimento de outro tipo. Isso inclui os dois sonhos.

(Ver a cópia dos sonhos de a Jane em anexo. A sessão terminou depois disso, às 22:48.)

SONHO DE COCHILO DA JANE

20 de Agosto

(Estou a escrever isto finalmente dois dias depois e, mesmo logo após o sonho, muita coisa estava confusa. Tenho a certeza de uma coisa: um grupo de pessoas estava comigo numa grande mesa redonda. Bem à nossa frente estava o céu, que de alguma forma descia até ao chão; a vista era espetacular e o céu estava a fazer algo muito estranho; tudo era feito de grandes dobras de céu que sopravam e mudavam, dobras enormes que desciam de alturas inexprimíveis, passando por nós, acho eu. Talvez o céu tenha tremido ou algo assim também? Ou a terra também. Ninguém ficou alarmado, mas quando o céu parou de fazer isso, eu disse algo sobre sempre ficar muito aliviada quando isso acabava. Depois comecei a servir o jantar para essas pessoas, comecei a contar quantas pessoas seriam servidas e fiquei um pouco confusa porque havia mais pessoas do que eu tinha contado...)

(Ou o fim do sonho acima ou o fim de outro. Estou a dançar numa pista de dança chique com um homem mais jovem, com olhos escuros e penetrantes, que agora me lembram o Frank Longwell, Jr., um dos maiores

homens do mundo. Sei que já o vi uma vez antes e que ele é um ladrão. É mais ou menos como um filme de TV, To Catch a Thief. Conto-lhe o que sei sobre ele e digo que é melhor separar-se; algo de valor será roubado e ele será culpado por causa do seu registo. Talvez eu também tenha sido um ladrão.)

SONHO DA JANE

21 de Agosto

(Sonho longo e envolvente, do tipo aventura, aventura de espionagem, acho eu; escalo penhascos, fossos de castelos, etc., à procura de pistas e sou muito eficiente.)

SESSÃO EXCLUÍDA

29 de Agosto de 1979

(Esta tarde, trouxe a Mitzi do veterinário para casa. O Dr. Davidson castrou-a ontem em vez de segunda-feira, como planeado. Ela está bem e parece estar mais ativa do que nunca — uma demonstração incrível, considerando que foi operada há apenas 24 horas. Cada vez que ela saltava para uma cadeira — ou se baixava — a Jane e eu estremecíamos, mas a Mitzi não estava nem um pouco preocupada. Que gata.

(O Billy, claro, ficou muito intrigado com a mudança que o nariz dele lhe dizia ter ocorrido em a irmã. Na verdade, o nosso único problema era evitar que ele andasse constantemente a bisbilhotar a Mitzi, já que ela geralmente fugia dele sempre que ele tentava investigar o que devia ser um odor corporal alterado dela. Durante a sessão, coloquei-o no porão.)

(A noite, escura, estava linda. Quando nos sentámos para a sessão na nossa "nova" sala de estar, conseguíamos ouvir, pela porta de vidro deslizante aberta, o coro misto de sapos e vários insetos a ecoar pelo bosque nas traseiras da casa e pela Holley Road.

(Esta tarde e à noite, e para minha surpresa, a Jane falou sobre discutir os seus sintomas físicos no seu novo livro, God of Jane. Pensei que a mudança de atitude dela fosse resultado da longa conversa telefónica com a Tristine Rainer, da Dan Curtis Associates, uma produtora de televisão que deseja obter os direitos da história de vida dela.

(Ver as anotações da sessão excluída de 20 de Agosto de 1979). Se a história de vida dela fosse filmada, os sintomas teriam de ser considerados, pensámos. Obviamente, são uma parte importante do drama da coisa toda.)

"Boa noite."

("Boa noite, Seth.")

Ora bem. *(Longa pausa.)* Vocês são, até certo ponto, uma cultura voltada para o desporto. Os desportos são vistos como um campo de atuação invejável. As habilidades desportivas são incentivadas desde a infância, principalmente no que diz respeito a os homens.

Os desportistas e atletas são admirados e bem recompensados. Como sabes, os recordes de corrida foram batidos várias vezes nos últimos anos. A aclamação das multidões, o senso de competição, a empolgação, as recompensas e a crença no desempenho foram responsáveis por bater recordes anteriores. Por outro lado, as habilidades psíquicas, em geral *(sublinhado)*, têm sido consideradas de tão má reputação há séculos *(com gestos)*, tão desencorajadas, que é de admirar que ainda se manifestem.

As pessoas que demonstram tais habilidades tiveram de ter personalidades fortes para se manterem firmes sob uma barragem de várias distorções desonestas lançadas sobre elas por a ciência, por a religião ou, particularmente no passado, até mesmo por os governos.

Há séculos que nenhuma cultura ocidental dominante admite a validade de as habilidades psíquicas. No entanto, essas habilidades surgem em cada geração, mal interpretadas ou não. Não podem desaparecer, pois são uma parte importante da herança de o homem. São contribuições invisíveis para o seu conhecimento. São métodos naturais de perceção que não podem ser legislados por os governos, nem arrancados da composição das pessoas por as religiões ou por as ciências.

Vamos olhar — mais uma vez — para o passado. As tuas próprias habilidades psíquicas e as de o Ruburt salvaram-te *(como comentei depois do jantar)* no momento das tuas dificuldades físicas. Devo insistir mais uma vez que leves em consideração as probabilidades.

As habilidades psíquicas são *(sublinhadas)* as habilidades criativas — extensões naturais daquilo que pensas como habilidades criativas. Não apenas te ajudam a pintar um quadro ou a escrever um poema, mas ajudam-te a formar o quadro vivo da tua vida. De certa forma *(sublinhado)*, eras muito contemplativo *(pausa)*, talvez até demasiado inclinado

intelectualmente, talvez até demasiado solitário, para seres um artista sozinho.

(Pausa.) Não podias tratar as tuas pinturas como produtos no mercado. Embora trabalhasses no departamento de arte, não querias aproximar-te tanto dos teus colegas *(com diversão).* Estavas interessado não apenas numa pintura e na origem dela, mas na tua origem como artista e em todas as relações envolvidas entre o observador e o objeto, que depois se transforma no modelo de o artista. Procuravas uma estrutura mais ampla de a própria existência, a partir da qual pudesses ver a realidade com a qual estavas familiarizado.

Na altura dos teus problemas, parecias estar diante de um beco sem saída, pois muito pouco em o mundo que vias ou vivenciavas parecia fazer sentido dentro da estrutura das tuas crenças. Até a própria arte parecia fornecer apenas um vislumbre momentâneo de alguma perfeição indefinida para a qual te sentias intuitivamente atraído. Cada pessoa deve ser atraída de alguma forma, ponto final.

Viste em os teus pais os primeiros sinais de doença e idade ao pensar nessas coisas. Estavas na casa dos 40 e sentias que as tuas próprias habilidades ainda não tinham sido desafiadas nem plenamente utilizadas. Vocês adoeceram. *(Pausa.)* Na verdade, vocês os dois, desde o primeiro encontro, responderam em grande parte a partes de si mesmos não manifestas naquela época — partes que só agora estão a tornar-se. Sentiram a forma da probabilidade que agora é a vossa vida juntos *(atentamente)*. E, a partir desse futuro provável em o passado, as vossas habilidades criativas foram aceleradas.

Aconteceu o caso de York Beach, a experiência de Construção de Ideias de o Ruburt e o início das sessões. Esses eventos foram necessários — ou outros muito semelhantes — se, considerando as probabilidades, vocês os dois queriam ter anos de vida e trabalho satisfatórios. Ambos estavam a tornar-se muito amargos, o vosso idealismo a transformar-se em desilusão, o que poderia facilmente ter-se transformado em desespero.

Estavas bem ciente, intuitivamente, das fortes habilidades de o Ruburt, embora não tivesses nenhum rótulo para elas. O Ruburt ficou chocado com a sua situação e, além disso, o seu mau humor na época levou-o a temer que te pudesses afastar dele. Ele também percebeu as tuas habilidades e, psiquicamente, uniram os vossos recursos criativos para irem além da realidade que conheciam, para procurarem alguma outra estrutura mais

ampla que pudesse ajudar a explicar os eventos da vossa realidade particular e os eventos de o mundo público. Pois esse mundo parecia caótico, principalmente com o assassinato do vosso presidente e a situação em Cuba.

Compravas o teu rifle e os teus suprimentos de alimentos para o caso de teres de enfrentar um desastre de proporções nucleares. Algumas pessoas morreram naqueles anos porque não queriam viver nesse tipo de mundo. Adoeceram porque parecia não haver razão para viver.

Infelizmente, as pessoas criativas foram particularmente afetadas, porque as suas próprias habilidades exigem uma exuberância, uma energia que só pode ser suprimida por uma sensação de falta de sentido. *(Pausa.)* Nenhum de vocês foi ensinado a confiar em as habilidades criativas, muito menos em as psíquicas. *(Pausa.)* De certa forma *(sublinhado)*, o Ruburt via as suas habilidades como aliados fascinantes, mas não fiáveis: dá-lhes um centímetro e eles levam um metro.

Deixado sozinho, ele nunca escreveu ficção convencional. As suas habilidades não se limitavam a uma forma tão restrita, e ele estava sempre a tentar alinhá-las. Ele cresceu numa época em que era considerado um tanto perigoso ser diferente dos outros. Em casa, em o asilo católico, era frequentemente punido por não se conformar. Tentou formar um eu protetor para se manter na linha.

(Longa pausa.) A natureza básica dele, novamente, sempre insistiu em expressar a sua alta exuberância, as suas habilidades naturais. Ele teve problemas para enfrentar, então, que resultaram nos seus sintomas — mas *(mais alto)* não são nada comparáveis aos problemas que teria de enfrentar se não tivesse encontrado essa estrutura maior para si mesmo e para os outros.

Há um poder de realização de valores e crescimento dentro de cada indivíduo que deve ser satisfeito. É o poder que torna possível o crescimento físico, o poder que está por trás de o feto. Conhecem de antemão a natureza do período em que nascerão. *(Pausa.)* Vocês os dois nasceram com certas habilidades e sabiam de antemão que teriam de ampliar a estrutura de os conceitos convencionais se quisessem ter espaço para usar essas habilidades. De certa forma, elas deram a vocês os dois uma segunda vida, pois na estrutura antiga não havia um caminho satisfatório *(sublinhado)* ou criativo a seguir.

Novamente, de certa forma *(sublinhado)*, deste uma segunda vida a muitas outras pessoas. *(Pausa.)* Parte disto está simplificado, mas basicamente tudo se aplica. O principal problema de o Ruburt era que ele se esforçava demasiado para se proteger porque acreditava que isso era necessário. Essas ideias foram entregues a ti em série. Algumas passam mais facilmente ou mais rapidamente do que outras, e a crença na necessidade de proteção tem sido a crença persistente mais teimosa do passado de o Ruburt nesta vida.

A outra é a dúvida persistente *(pausa)* sobre a boa intenção de o indivíduo. Estas são as duas questões mais incómodas de a sociedade, claro. O Ruburt combateu-as fortemente, para que as sessões pudessem surgir *(atentamente)*.

Declarar a tua posição limpará o teu ar psíquico e aliviar-te-á do esforço de esconder os teus sintomas. Além disso, pode ajudar a iniciar perceções importantes e tem a possibilidade de provocar desenvolvimentos extremamente relevantes.

Falei sobre isto em vez de falar sobre a tua comunidade de espermatozóides esta noite. Mas o Ruburt estava certo: não havia nada de defeituoso em os genes mencionados no teu artigo *(no National Enquirer)*, em que indivíduos nascem meninas e se transformam em meninos. O banco de genes contém inúmeras — de facto, inúmeras — variedades de desenvolvimento, destinadas a proteger contra catástrofes inimagináveis, mudanças climáticas ou qualquer outra coisa.

Esses desenvolvimentos ocorrem de vez em quando em testes, por assim dizer, reafirmando várias posições genéticas, embora muitas vezes apareçam no vosso mundo como anomalias. Em vez disso, fornecem protecção genética contra possíveis eventualidades.

Fim da sessão, a menos que tenhas alguma pergunta.

("Bem. A mudança de atitude de a Jane em relação à discussão dos seus problemas físicos ocorreu porque a empresa cinematográfica entrou em contato com ela, certo?" — Ver as anotações no início da sessão.)

Foi o gatilho que levou à decisão dela de se revelar mais plenamente no seu livro (*O Deus da Jane*). Fim da resposta.

("Ok.")

Ambos usaram muito bem o material que vos dei e o que aprenderam por conta própria através desse material — alguns de forma tão subtil que nem sequer têm consciência das realizações. Em algumas áreas, ainda se

agarram a velhas crenças, mas não há limite para o que podem fazer, ainda assim, com crescente compreensão. Ou seja, ainda podem realizar tanto, se não mais, do que já realizaram. *(Pausa.)* Devem considerar-se, em aspetos importantes, como quase tendo "nascido" em 1964. Pensem nisso.

Fim da sessão *(com entusiasmo)*. Uma boa noite carinhosa — e não me esqueci do teu esperma.

("Ok. Obrigado.")

(10:25.) Uma observação: vocês os dois — pois ambos estão envolvidos desde 1964 — não apenas iniciaram uma nova estrutura a partir da qual os outros, assim como vocês mesmos, podem ver a natureza da realidade com mais clareza, mas também tiveram de começar do zero, por assim dizer, para obter o material, aprender a confiar nele e depois aplicá-lo às vossas próprias vidas — mesmo quando "os factos ainda não estavam todos registados". Em nenhum momento tiveram todo o material para usar, como, por exemplo, os vossos leitores têm num dado momento. Portanto, diz a o Ruburt para não se julgar com demasiada severidade e *(sussurrando)* que, em tudo isto, ele tente lembrar-se do seu senso de diversão — e leia frequentemente a sessão de Julho sobre o estado criativo.

Fim da sessão.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

(22h29.) "Sei vagamente o que ele disse sobre 1964", disse a Jane. "Ele pôs isso para me fazer sentir melhor, sobre ter renascido."

(Uma cópia do artigo do National Enquirer, de 4 de Setembro de 1979, foi anexada. Infelizmente, não consta do registo desta sessão 26 anos depois, em 2005.)

SESSÃO 877 (APAGADA)

3 de Setembro de 1979

(Esta sessão tem tanta aplicação geral que estou a incluí-la no registo regular. Ao mesmo tempo, uma cópia extra foi inserida nos cadernos excluídos para que a Jane possa consultá-la juntamente com o resto do material que o Seth forneceu para ela.)

(O Wade Alexander e o filho dele, o Brian, visitaram-nos durante uns 45 minutos na hora do jantar. Conversámos sobre as fitas de Seth que o Wade está a guardar para nós e sobre a Biblioteca da Universidade de Yale. A visita foi muito agradável, mas alterou a nossa agenda o suficiente para que jantássemos uma hora mais tarde do que o habitual. Isso, por sua vez, fez com que a Jane não se sentisse pronta para a sessão à hora de costume. Mas sentámo-nos para a sessão como de costume e, por fim, a Jane começou a sentir-se à vontade com o Seth.)

(Isso fez com que ela se lembrasse de que, em algum momento desta tarde, tinha recebido algo de o Seth sobre um tópico para a sessão desta noite. Mas esqueceu-se do que era — "exceto que não era sobre mim".)

(No início desta tarde, a Jane releu várias sessões eliminadas de 1973. Isso deixou-a bastante relaxada, ao ponto de ter tirado uma sesta mais cedo do que o habitual, deixando passar o período de exercícios. O material dessas sessões dizia respeito às suas ideias sobre trabalho, espontaneidade e ordem, entre outras coisas. Ela achava que a espontaneidade não tinha nenhuma ordem.)

"Boa noite."

("Boa noite, Seth.")

Bem: A espontaneidade conhece a sua própria ordem, e é da ordem espontânea que surgem todas as classificações secundárias de ordem.

Não poderias ter nenhuma das tuas artes, culturas, governos, religiões ou ciências sem primeiro estares envolto na ordem espontânea de a natureza. Essa ordem espontânea manifesta-se no tempo, mas está separada do tempo, pois as suas origens *(sublinhadas)* não são físicas. *(Pausa.)*

O que consideras normalmente como ordem é apenas um aspeto de a ordem espontânea que está dentro e por trás de a "mecânica" de todas as ações físicas. A ideia usual de ordem preocupa-se demasiado com o tempo em série, mas a ordem natural da espontaneidade, com as suas origens fora do tempo, tem "todo o tempo para brincar".

Pensas no início ou no fim das civilizações, por exemplo, marcando-as com datas específicas. No entanto, ao nível em que a ordem espontânea opera, a perceção abrange essas datas. Na verdade, não poderia haver início ou fim para nenhuma cultura.

A ideia de disciplina, como a consideras, entra geralmente em vigor quando se tenta impor um tipo de ordem secundária sobre a primária. Não falo aqui de disciplina como punição, mas de disciplina aceite por uma pessoa ou civilização para direcionar a ação em linhas determinadas. Essas disciplinas exageram e intensificam frequentemente um tipo de ordem espontânea natural em detrimento de outro. Isso acontece porque a natureza espontânea da ordem não é compreendida.

As pessoas sentem que precisam de se forçar, ou às suas civilizações, a seguir linhas determinadas — que precisam de impor uma ordem externa, já que não confiam na ordem espontânea de a natureza. *(Pausa.)*

Nos teus termos, é claro que o homem ainda está a aprender e, tal como estabeleceu barreiras entre terras e formou nações separadas, também estabeleceu divisões entre aspetos da sua própria consciência e perceção, para poder lidar com eles um de cada vez. Fez distinções que são, em grande parte, arbitrárias.

A espontaneidade conhece a sua própria ordem. *(Pausa.)* De uma forma bem definida, a espontaneidade, por estar separada do tempo enquanto opera no tempo, está ciente de, digamos, habilidades particulares antes que estas se manifestem no tempo.

(Longa pausa.)

O eu espontâneo nunca teve a intenção de aparecer como um estranho para a personalidade consciente. O eu espontâneo, claro, representa o teu contato particular mais próximo com o universo, com as tuas origens e com a tua ligação com Tudo o Que É. Os teus impulsos, as tuas intuições e as tuas habilidades criativas sempre proporcionaram, de forma inata, canais abertos de comunicação, por meio dos quais o homem foi guiado para as ações prováveis mais benéficas para a sua vida. Esses impulsos, intuições e habilidades criativas sempre forneceram canais abertos para conduzir o homem às ações prováveis mais favoráveis para a sua realidade particular — e essas ações, automaticamente, mais uma vez, contribuiriam para a melhor realidade provável para a espécie também.

O universo físico teve de brotar de uma fonte que existe para além da própria vida. O universo ganhou vida por meio de uma espontaneidade

divina que conhece a sua própria ordem — uma espontaneidade cujas criações se encaixariam automaticamente em padrões significativos. Em que ponto os mamíferos símios alteraram a sua própria mensagem genética, em termos das histórias da evolução? Qual espermatozóide primeiro se percebeu diferente, sabendo que amadureceria — se amadurecesse — como um homem em vez de um macaco? E qual fêmea símia alterou a sua mensagem genética, sabendo que o seu óvulo, se amadurecesse, literalmente daria origem a uma espécie totalmente nova, que séculos depois passaria a ler e escrever?

Que agência em o ambiente provocou essas mudanças estupendas? Digo-te que nenhuma agência em o meio ambiente provocou essa mudança *(atentamente)*, porque, ao contrário da poesia romântica anterior de o Ruburt, essa mudança não ocorreu assim. Existiam algumas espécies de o homem antes de existirem algumas espécies de o macaco.

(Longa pausa.) A consciência cria os seus próprios padrões. A criatividade é ainda o campo de atuação mais próximo que pode ensinar-te sobre a origem das espécies, pois a tua criatividade imita essa espontaneidade criativa superior, da qual toda a ordem *(sublinhado)* emerge *(novamente com atenção)*.

Basicamente *(sublinhado)*, qualquer parte de o corpo humano tem a capacidade inerente de se reproduzir e, além disso, de se tornar um órgão reprodutivo. Está claro?

("Sim.")

O Ruburt acreditava que precisava impor um tipo secundário de ordem à sua criatividade e espontaneidade. Por vezes, parece-te que és incomodado por visitantes quando não os queres, mas esses visitantes também fazem parte dessa ordem espontânea, quer reconheças ou não, num dado momento, o propósito de tal visita ou o lugar dela na tua vida.

Não consigo explicar adequadamente que, basicamente, o parto é uma atividade criativa alegre — uma das mais alegres. De certa forma, a criança é — de certa forma *(sublinhado)*, a criança é a versão finalizada em a tua realidade *(longa pausa)* de um grande número de espermatozóides e óvulos.

Agora: As características de o espermatozóide e de o óvulo fecundados predominam, mas estão também relacionadas — de uma forma muito difícil de descrever — a todos os outros espermatozóides que não entraram em contato com aquele óvulo, e também a todos os outros óvulos

que poderiam ter-se formado em vez daquele que se formou *(todos atentos)*.

Há uma relação gestáltica entre todos os espermatozóides, digamos, no corpo de um homem em determinado momento, em que os espermatozóides que não se ligam ainda assim acrescentam as suas características latentes àquele que aparentemente triunfa. De certa forma *(sublinhado duas vezes)*, eles reúnem os seus recursos e "sobem a bordo" do único navio que chega a terra *(animado e inquieto)*.

Esta descrição verbal deve necessariamente distorcer o quadro real, porque os eventos reais escapam completamente ao vosso vocabulário, mas a explicação é válida — o suficiente para te dar uma ideia do que quero dizer.

Essas outras características, digamos, dos prováveis óvulos e espermatozóides, fornecem um leito infinito de características e habilidades de personalidade que podem emergir, se necessário.

(Pausa.) Toda criatividade é, basicamente, alegre — é brincadeira no sentido mais elevado do termo — e está sempre viva de movimento. As sessões e o nosso trabalho podem ajudar a criar uma nova raça mental de homens e mulheres. *(Sussurrando:)* As ideias mudam os cromossomas, mas as sessões e os livros de Ruburt, e assim por diante, devem ser, antes de tudo, expressões alegres de criatividade — expressão espontânea que se encaixa na sua própria ordem. Portanto, faz com que ele evite sentimentos indevidos de responsabilidade e atitudes pesadas.

De facto, ele deveria reler as sessões que leu hoje — e tu pintas porque gostas de pintar — e esqueces o que um artista deve ou não deve ser. Faz com que o Ruburt esqueça o que um escritor ou um médium deve ou não deve ser. A espontaneidade de o Ruburt permitiu que todas as suas habilidades criativas emergissem. É imprudente tentar aplicar disciplina, ou uma ordem secundária, a uma criatividade espontânea que automaticamente te dá a melhor ordem que a natureza poderia oferecer.

(Pausa.) Tens alguma pergunta?

("Acho que entraste na minha pergunta principal, sobre os espermatozóides: Se praticamente todos eles nunca cumprirão o seu objetivo principal, que outros papéis têm na vida?")

Respondi parte dessa pergunta, e a discussão ainda continua.

("Ok.")

Fim da sessão e uma carinhosa boa noite. *("O mesmo para ti.")*
Aprovo as tuas anotações.
("Obrigado. Boa noite.")

(As anotações a que o Seth se referiu são as que escrevi esta tarde e esta noite para a primeira sessão de o último livro de Seth, Mass Events. Estão ásperas e ainda muito longas, mas a Jane gostou delas. Tenho-me preparado para escrever o livro há algumas semanas, fazendo cronologias e assim por diante, e ficarei feliz por começar a escrevê-lo. Neste momento, ainda sinto que estou à procura daquela abordagem de foco intenso para o meu trabalho em Mass Reality, que finalmente significará que estou no caminho certo neste projeto.)

SESSÃO 878 (PARTE APAGADA)

10 de Setembro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 878ª sessão.)

"Sentiste-te desconfortável?" perguntou a Jane assim que saiu do transe.

("Sim", disse eu, pois senti o meu estômago revirar-se com força várias vezes enquanto o Seth falava. Isso fez com que eu mudasse de posição enquanto escrevia para compensar — sem sucesso, devo dizer. "Queres esperar um minuto e pôr alguma coisa aí?" perguntou a Jane. "Não sei. Estou tão enojado que não estou nem aí", disse eu. O meu estômago começou a incomodar-me há uns dias. Eu estava a sentir-me muito melhor desde Junho do ano passado e achava que tinha aprendido o suficiente desde então para não precisar mais incomodar o estômago — mas, evidentemente, não era bem assim.

("Bem, os impostos estão a chegar esta semana", disse-me a Jane, "e sempre que eles chegam o teu estômago começa a mexer-se. Tens a certeza de que o pêndulo disse que não havia nenhuma ligação?"

("Quem sabe? Disse-me uma vez que desta vez não havia impostos envolvidos. Não continuei a perguntar. A melhor resposta que obtive foi que, quando deixei o *Through My Eyes* de lado para trabalhar no *Mass Events*, senti-me mal por ter feito isso. Não é que eu não goste de trabalhar no *Mass Events*. Queria fazer as duas coisas ao mesmo tempo e achei que não conseguiria. Então senti-me culpado — pensei eu — por não me ter concentrado no livro de Seth. A pintura também não estava envolvida.")

Bem: Neste momento, a reprovação dele está envolvida. Reprovas-te porque te sentes mal — e porque não aprovas os sentimentos básicos que estão por trás da dificuldade.

Os impostos vindouros estão envolvidos, mas apenas porque servem como um trampolim — como aconteceu com a visita da tua família — o trampolim que desperta sentimentos de desaprovação.

(*O meu irmão Bill visitou-nos a 1 de Junho passado, e a Jane reagiu mais fortemente a esse evento do que eu. Ver a sessão excluída de 1 de Junho. Depois, a 12 de Agosto, o Bill, o Loren e as suas famílias visitaram-nos. Dessa vez, reagi com muito mais intensidade, e o Seth fez uma excelente sessão sobre tudo isso. Desde então, tenho-me sentido muito bem.*)

Tu não te aprovas porque achas que deverias estar a ganhar dinheiro "por conta própria". Tu não te aprovas porque achas que deverias ser um artista melhor ou um escritor melhor — mas, de qualquer forma, não te permites apreciar o eu que és. Quando percebes isso, desaprovas-te por não seres sábio o suficiente para entender. Por trás disso ainda está a ideia de que a reprovação é, de alguma forma, valiosa — que te tornará melhor.

De modo geral, és muito exigente contigo mesmo. É bastante compreensível, na tua sociedade, que tenhas certos sentimentos resultantes da insistência da sociedade de que o homem em qualquer família deve ser o principal, primário e claro provedor, custe o que custar. Se entenderes que esses sentimentos fazem parte do curso, poderás aceitá-los — e depois ver onde está a origem deles. Podes entender esses sentimentos, chegar a um acordo com eles, e eles começarão a desaparecer automaticamente.

(*Pausa*.) Essa reprovação não te persegue mais do que a outros homens. Ela incomoda-te menos do que incomoda a maioria das pessoas, pois o teu próprio entendimento já fez incursões. Tenta ser mais compassivo contigo mesmo e com os teus sentimentos. Não julgues os teus sentimentos. A desaprovação faz com que os enterres. Se forem expostos, poderás lidar com eles facilmente.

As ideias também mudaram desde a tua infância, quando essas ideias foram incutidas em ti. Os sentimentos tornam-se exagerados e impedem-te de aceitar os sentimentos bastante válidos do teu próprio valor. Apropria-te de ti mesmo como és agora. Evita pensamentos de arrependimento (*como mencionei à Jane esta manhã*). Portas de todos os tipos abrir-se-ão quando eliminares esse hábito mental restritivo.

(*Pausa*.)

Paz.

"Obrigado."

Fim da sessão.

"Obrigado, Seth."

(*10h23. "Bem, espero que isso ajude", disse a Jane.*)

(*"É inevitável", bufei. "Isso significa que quatro vezes por ano, então, sinto-me péssimo por causa desses malditos impostos... Que posição idiota para me colocar." Então o Seth voltou.*)

Agora: Seria melhor se dissesses a ti mesmo: "Toda a gente tem as suas fraquezas. Toda vez que os impostos aparecem, sinto-me mal, mas ninguém é perfeito. Que se dane." Essa atitude seria melhor do que desaprovares-te por causa da dificuldade. Estás a acompanhar-me?

("Sim.")

Fim da sessão.

("Obrigado.")

Agora: Tive muitas relações com impostos. Eu paguei o preço, como se diz. Em algumas ocasiões, eu fazia negócios, como vocês dizem. Fui cínico em algumas ocasiões *(pausa)*, mas tive o bom senso de saber quando estava bem — e não fiz a minha pobre barriga pagar em sua inocência corporal. Portanto, liberta o teu corpo das distorções da desaprovação.

"Ok, obrigado."

("Havia mais", disse a Jane, "mas ele achou melhor desistir porque estavas muito desconfortável. Além disso, ele não estava a justificar o facto de ter feito negócios naquela altura.")

SESSÃO APAGADA

13 de Setembro de 1979

(*A Jane estava tão relaxada ontem e ontem à noite — como tem estado com frequência ultimamente — que não tivemos nenhuma sessão. Ao mesmo tempo, ela tem sido extremamente criativa, a trabalhar no seu Deus da Jane e na introdução do Manifestações em Massa, produzindo muitas páginas de excelente material para esses trabalhos. Ela está bastante inspirada. Embora estivesse novamente muito relaxada hoje, também estava a escrever ativamente. De facto, depois do jantar, produziu mais duas páginas de anotações que recebeu do Seth sobre o seu novo livro: Sonhos, "Evolução," e Concretização de Valor. Ela riu. "Mas continuo a tentar mudar o título." Ela havia escolhido o título há muito tempo, a 30 de Julho de 1979 — ver a 869ª anotação da sessão. Em anexo, há uma cópia das suas anotações relacionadas com o novo livro. Eu estava à espera que o Seth o começasse a qualquer momento.*)

(*A Jane sugeriu fazer uma sessão mais cedo, embora eu não esperasse que ela fizesse uma. A minha única preocupação recente é que ela não deixe as sessões de lado regularmente só porque estou a trabalhar nas anotações do Manifestações em Massa.*)

"Acho que estou quase pronta..." Quando entrou em transe, o parto da Jane foi muito ativo e enérgico — um contraste marcante com o seu estado de olhos quase desmaiados antes de o Seth entrar em transe. Essa é uma transformação que já vi acontecer mais de uma vez.

(*Com diversão:*) Comentários.

("Ok. Boa noite, Seth.")

(*Pausa.*) Vocês os dois consideravam-se especificamente como escritores — ou melhor, um poeta e um artista antes do início das nossas sessões. Gostaria de esclarecer algumas questões importantes.

Tu identificavas-te principalmente agora como poeta e artista porque essas designações, até esse momento, pareciam adequar-se melhor às tuas habilidades e temperamentos. A escrita do Ruburt diferenciava-o. A sua pintura diferenciava-o. Essas eram provas reconhecíveis e tangíveis de criatividade. Portanto, identificaste-te com elementos, características e tradições que pareciam mais adequados a ti.

Até certo ponto, tinhas os teus próprios nichos, reconhecidos pela sociedade, mesmo que fossem relativamente (*sublinhado*) incomuns. Não

sabias que havia uma tradição mais profunda, mais antiga ou mais rica — uma herança mais antiga, à qual pertencias, porque não encontraste nenhum indício dela na tua sociedade. Desde o início das nossas sessões, em diferentes momentos, parecia haver conflitos perturbadores, por exemplo: o Ruburt era um escritor ou um médium? Tu eras um artista ou não eras? E quanto à escrita que fizeste — tanto para os nossos livros como para a escrita que às vezes planeias fazer por conta própria?

Esses tipos de conflitos só podem existir numa sociedade na qual todo o conceito de criatividade é segmentado, na qual os processos criativos são frequentemente vistos como linhas de montagem internas que levam a produtos específicos: uma sociedade na qual a própria natureza da criatividade é amplamente ignorada, a menos que os seus "produtos" atendam a fins específicos.

O Ruburt estava correto nas suas notas introdutórias de hoje (*para Manifestações de Massas*) — sobre as habilidades originais do poeta, há muito esquecidas, e o seu papel. O Ruburt foi um poeta o tempo todo, no sentido mais profundo desse termo. Pois o poeta não simplesmente juntava palavras, mas emitia uma sintaxe de consciência, usando o ritmo e a voz, a rima e o refrão, como métodos para formar degraus pelos quais a sua própria consciência poderia se apressar.

Os primeiros artistas esperavam entender a natureza da própria criatividade ao tentar imitar as formas da Terra. A poesia e a pintura eram funcionais, de maneiras que descreverei no nosso próximo livro (*com humor, elaboradamente casual*), e "estéticas". Mas a poesia e a pintura sempre envolveram principalmente a tentativa do homem de entender a si mesmo e ao seu mundo.

As funções originais da arte — ou seja, especificamente a poesia e a pintura — foram amplamente esquecidas. O verdadeiro artista, nesses termos, sempre foi primordialmente — novamente nos vossos termos — um psíquico ou um místico. A sua arte específica (*pausa*) era tanto o seu método de entender a sua própria criatividade como uma forma de explorar a vasta criatividade do universo — e também servia como um recipiente ou montra que exibia o seu conhecimento da melhor forma possível.

Essa é a herança que vocês os dois seguem e seguiram fielmente. Foi uma tradição honrada. Também está envolvido, como o Ruburt corretamente percebeu de mim, um grupo de realizações que chamaremos de artes psicológicas. Tu também estás envolvido nelas.

(*Para ti:)* Quero que entendas especificamente que não há e não pode haver conflito, por exemplo, entre a tua escrita e a tua pintura, pois, da forma mais básica, representam métodos diferentes de explorar o significado e a fonte da própria criatividade.

As sessões que te dou, em termos usuais *(sublinhados),* são uma nova extensão dessa criatividade — mas, novamente, essa extensão tem uma herança antiga. *(Para ti novamente:)* A tua própria escrita, é claro, é arte. É também um método de entender e perceber a criatividade. É um método de aprendizagem que se redobra sobre si mesmo, e estás equipado de forma única *(pausa)* para descobrir compreensões de um ponto de vista que é muito incomum, único.

Explora, por exemplo, os teus próprios sentimentos em relação a mim; se mudaram ou não ao longo dos anos. O quanto eu pareço ser eu mesmo, ou parte Jane, ou parte Ruburt, ou parte tu, ou parte Joseph, ou o que quer que seja. Perceber que estás na posição que querias estar e perceber que as tuas habilidades não estão em conflito umas com as outras, nem tu com elas, preencherá e desenvolverá automaticamente todas essas habilidades, num novo tipo de criatividade geral que está além das especificidades.

Agora: Quando o Ruburt começa a confiar em si mesmo, como tem feito, a armadura física *(artrítica)* solta-se. As habilidades criativas tornam-se ainda mais disponíveis, daí a sua nova criatividade e os novos passos físicos que ele deu. Todos eles andam juntos.

Ele acreditava na natureza específica do eu criativo, de modo que só se podia confiar nele em determinadas áreas. Acreditava que precisava de fortes barreiras mentais e físicas contra a sua própria espontaneidade. Está a começar a entender que os aspetos espontâneos e criativos da personalidade são os que dão vida. Eles podem e devem ser confiáveis. Agora ele sabe que não precisa abrandar e que o relaxamento leva ao movimento.

(9h09.) Ele de facto pegou de mim uma lista parcial dos assuntos a serem abordados no nosso novo livro — que se chamará *Sonhos, "Evolução" (entre aspas)* e *Realização de Valores*.

(Pausa.) É claro que o livro necessariamente incluirá muito material sobre a verdadeira natureza da criatividade e os seus usos e abusos pelas civilizações. Não precisas lutar para confiar no impulso da tua própria vida. Esse impulso tem sempre o objetivo de levar-te à tua melhor realização, de

uma forma que também beneficiará a espécie. Quando confias no impulso da tua própria vida, és sempre apoiado. Diz isso ao Ruburt.

Quero que ambos entendam que, sob a luz maior da criatividade, compreendendo o seu verdadeiro significado, tomaram o rumo certo e, portanto, eliminem das vossas mentes quaisquer ideias remanescentes de conflito e dúvida. Essa posição resolverá automaticamente todos os problemas que envolvam questões como impostos, papéis sexuais ou qualquer outra coisa — de ambas as partes.

Vocês (*ambos*) estão a estudar a natureza da criatividade como poucos fizeram ou podem fazer — e isso certamente possibilitará novas estruturas criativas e oferecerá novas soluções para situações que causam dificuldades apenas em estruturas menores. Tens perguntas?

"Não. A Jane tem-se saído muito bem ultimamente, e estou muito feliz por ver isso."

Ele deve — o que significa preditivo, ele fá-lo-á. Fim da sessão.

("Obrigado.")

Uma boa noite carinhosa.

("Boa noite, Seth.")

(21h16.

E logo no final da sessão, a cabeça da Jane inclinou-se para baixo, enquanto ela voltava rapidamente ao estado muito relaxado que conhecia antes, enquanto falava para o Seth.)

SESSÃO 881 (PARTE APAGADA)

2 de Setembro de 1979

(*O material a seguir foi extraído da 881ª sessão. Antes da sessão, eu havia expressado a esperança de que o Seth tivesse algo a dizer sobre o estado frequentemente muito relaxado da Jane hoje.*)

(9h47.) Hoje, o corpo do Ruburt queria relaxar. Ele tem-se saído muito bem e tentou aprovar, mas como perdeu tempo de trabalho ontem, a sua aprovação mal chegou à pele (*mais alto*). Quando mencionaste os esboços a tinta, ele imediatamente quis voltar a pintar, mas sentiu-se culpado por não poder fazê-lo. Ele esqueceu, mais uma vez, que o eu criativo está ciente de toda a sua vida e que os seus impulsos têm um propósito criativo.

(*Pausa*.) Essas sessões envolvem os mais altos níveis de produtividade criativa, em muitos e muitos níveis, portanto, deve refrescar-se a pintar ou a fazer o que quiser, pois esse refresco aumenta a sua criatividade, é claro.

Ele terminará o seu livro (*Deus da Jane*) e fará um belo trabalho com ele. Deve seguir o ritmo da sua própria criatividade sem se preocupar demasiado com o tempo. Por um tempo, novamente, faz com que ele escreva três horas de escrita livre, pinte ou o que for. O seu livro será providenciado. Podes ver como a tua própria criatividade está a surgir nas anotações de *Manifestações em Massa*. É verdade que precisas de tempo para escrever fisicamente, mas a criatividade básica tem o seu próprio tempo.

Fim da sessão e uma boa noite.

("Posso fazer uma pergunta?")

Podes.

("Qual foi a sensação que ele teve hoje no peito, nas costas e no corpo, como uma pulsação elétrica?")

Como não aprovava o seu próprio relaxamento, colocou freios nisso.

"Ok."

(Isso marcou o fim do material privado, e o Seth encerrou a sessão em breve, às 21h56.)

SESSÃO APAGADA

10 de Outubro de 1979

(A Jane estava tão relaxada na segunda-feira à noite que não houve sessão.

(Ontem recebemos da Prentice-Hall a edição holandesa de Seth Speaks [Seth Spreekt], publicado pela Ankh-Hermes. Percebemos imediatamente que o livro tinha sido drasticamente cortado — não apenas as minhas próprias anotações, que às vezes contêm trechos do material do Seth — mas o próprio material do Seth. Isto é particularmente óbvio no apêndice, onde restam apenas algumas páginas de todo esse material. Nenhuma saudação ou resposta está incluída, exceto em casos isolados, nem notas de boas-noites e de encerramento. As horas também foram omitidas e nenhuma palavra aparece sublinhada. Suspeito também que, em todo o livro, sem ainda ter verificado tudo, partes das sessões foram cortadas sempre que dependiam de anotações que foram eliminadas. Algumas sessões, portanto, têm apenas uma página e meia ou duas.

(As nossas primeiras reações foram de tamanha surpresa que nem nos irritámos. Demorou um pouco até que a extensão da revisão — ou condensação — se fixasse, acho eu, e ainda estou a assimilar os cortes enquanto folheio o livro ocasionalmente, antes de fazer uma lista do que tenho a certeza que foi removido.

(A Jane ligou imediatamente para a Tam e ficou a saber que, ironicamente, todos os figurões da Prentice-Hall estão na Europa, a participar na feira do livro em Frankfurt, na Alemanha, creio eu. Parece que pouco podemos fazer até 22 de Outubro, embora eu planeie começar a escrever cartas antes disso. Estou amargamente ressentido com o corte em primeiro lugar, e com o tempo que passarei afastado do Mass Events agora, enquanto faço todo o trabalho necessário para defender os nossos pontos de vista. A Jane finalmente concorda que devemos tomar certas medidas agora na nossa vida profissional, e não sabemos o que acontecerá. Neste momento em que escrevo (no dia 14), só posso pensar que devemos fazer tudo o que pudermos para impedir estas práticas das editoras estrangeiras, ou certamente nos arrependeremos profundamente nos próximos anos. Definitivamente sabemos que fomos enganados, mas basicamente sentimos que a culpa é da Prentice-Hall por não verificar o trabalho em andamento.

(Nas minhas cartas, pretendo exigir que vejamos a versão em manuscrito a ser publicada por qualquer editora estrangeira, ou as provas de página, ou o que for. Também queremos que fique escrito nos nossos contratos o nosso direito de sermos notificados quando os contratos forem fechados, os pagamentos feitos, e o nosso direito de recusar o contrato se decidirmos que não gostamos dele. Também queremos ver uma cópia do contrato em si e, provavelmente, saberemos os nomes dos editores e editoras estrangeiras para que possamos contactá-los pessoalmente.

(A Jane também discutiu com a Tam uma série de pontos que surgiram a partir das nossas últimas declarações de royalties; alguns são queixas bastante legítimas que mantivemos em silêncio por algum tempo. As suas implicações para a Tam foram bastante claras — esperávamos que, pela primeira vez, ela estivesse a considerar cursos de ação alternativos à publicação pela Prentice-Hall, talvez tentando outras editoras, entre elas a Eleanor Friede.

(Eu era totalmente a favor disso, disse-lhe. Na semana seguinte à chegada da edição holandesa, recebemos da Tam os contratos de Deus da

Jane e Manifestações em Massa, ambos contendo cláusulas numa tentativa de contornar o hábito da Prentice-Hall de reter percentagens dos ganhos contra devoluções. A Jane disse à Tam que não os assinaria, nem quero que o faça. A Prentice-Hall quer até mesmo aplicar quaisquer perdas de Deus da Jane contra Manifestações em Massa após 18 meses, num esforço para fazer com que um livro pague por outro! Tal como está, a Prentice-Hall agora está a aplicar os ganhos da edição de bolso contra as perdas da edição de capa dura — um método que a Tam diz ser comum no mercado, mas que eu acho eticamente desonesto, para dizer o mínimo.

(Fizeram a mesma coisa com Adventures; nesse caso, essa ação limpou o quadro para o Adventures de capa dura e até mostrou um pequeno lucro com as vendas do livro de bolso. Mas, mesmo assim, isso custa-nos. Vejo estas táticas como a forma da editora garantir os seus custos de publicação sem qualquer risco para si própria. Em vez de debitar as perdas de capa dura nos impostos como despesa comercial, digamos, cobram ao autor; isto significa que não têm de pagar royalties ao autor sobre as vendas de edições de bolso, pelo menos durante vários anos. Acho que a Jane ainda não percebeu todas as implicações disso.

(Além disso, quero fazer o possível para obter relatórios de vendas da Prentice-Hall sobre as vendas da Bantam [que sabemos não serem muito boas] e sobre o fiasco da Pocket Books/Fell. Pretendo escrever ao editor-chefe da Pocket Books assim que descobrir o seu nome e endereço, pedindo-lhe os números de vendas; não recebemos um relatório de royalties da Fell há um ano. Quero pedir à Eleanor Friede o nome de um advogado para ver o que pode ser feito para obter informações da Fell. [Ela ofereceu-se para nos ajudar assim há alguns anos, creio eu]. Talvez a Eleanor possa também aconselhar-nos sobre os nomes da Pocket Books. A propósito, a Eleanor também está na Europa.

(Anteontem recebemos da Tam uma cópia do seu memorando para o J. Nelson, o P. Grenquist e a A. Freemyer; ele verificou o contrato holandês para o Seth Speaks e descobriu que contém uma cláusula que proíbe cortes. Estou a usar o memorando como base para a carta que pretendo começar a escrever para o Grenquist amanhã. Ao mesmo tempo, estarei a verificar quais partes de Seth Speaks foram cortadas e a listá-las.

(O resultado de tudo isto no momento é que a Jane não assinará nenhum contrato neste momento e que informaremos à Prentice-Hall que não faremos nenhum contrato de trabalho para eles até que as nossas

perguntas e garantias sejam amplamente demonstradas. Não vejo outra forma de evitar muitos problemas no futuro. Pessoalmente, estou disposto a deixar as coisas acontecerem, para usar uma expressão, mas não tenho a certeza de que a Jane concorde com isso. A minha opinião é que ela ficaria tão apavorada ao ver-se sem uma editora que aceitaria muito mais do que aquilo que aconteceu, por pior que seja. Mas veremos. Eu, por exemplo, tenho de fazer ou dizer algo, ou passarei os meus dias a pensar em como fui tolo e cobarde ao não defender os meus direitos. A nossa aceitação mansa do acordo, receio, só levaria a mais do mesmo. Isso certamente levar-me-ia a deixar de publicar se deixasse isto acontecer. Como está, a minha opinião sobre a Prentice-Hall caiu para um novo nível — e já era baixa o suficiente para começar.

(Não pedimos ao Seth para discutir o caso da Prentice-Hall esta noite, mas...)

Ora bem: Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Esta será uma sessão bastante breve, mas começaremos com o teu sonho sobre os teus pais (*na manhã de quarta-feira, 10 de Outubro*).

No sonho, ambos representavam atitudes completamente diferentes das tuas, e aqui vês essas atitudes objetivadas nos teus pais separados — pois identificas de facto essas diferentes tendências com os teus pais em grande medida.

No significado do sonho, tens um pai que quer ficar sozinho, que gosta de trabalhar em solidão e que não se sente muito à vontade com a expressão de emoções. No significado do sonho, tens a tua mãe, dada a explosões emocionais, que parece fazer exigências emocionais. No significado do sonho, ela perseguiu-te e, nesse contexto, sentiste uma parte de ti mesmo a fazer exigências a outra parte que se ressentia do envolvimento emocional, das explosões emocionais que essa parte expressava naturalmente.

Como tu mesmo, foste o observador do conflito, que ocorreu na mesa em que o Ruburt conversou contigo e com a Tam por telefone. Obviamente, queres trabalhar em paz: ressentes-te da intrusão de ter de dedicar tempo para expressar raiva ou desilusão.

O sonho, é claro, envolvia os teus conflitos em relação ao *Seth Speaks* na edição holandesa e o teu sentimento, por um lado, de que deverias falar

com a Prentice e, ao mesmo tempo, ressentir-te da perda da tua paz de espírito.

A minha própria posição não pode ser tão imediata quanto a tua. Respeito as tuas reações emocionais, sejam elas quais forem, e o teu direito a elas. (*Em voz alta e divertido:*) O Seth, ao que parece, fala um pouco mais brevemente em holandês do que em inglês — mas o material está lá, e se os holandeses o cortaram, ou as tuas anotações, isso é, no mais básico dos termos, agora, perda deles.

(*Pausa às 21h28.*) Os acordos de ordem legal devem, no entanto, ser sempre honrados, e cada sociedade foi construída com base nesse preceito; portanto, é claro que tens todo o direito de declarar as tuas objeções — mas, mais ainda, de tomar precauções para que o mesmo tipo de situação não volte a ocorrer.

Não quero aborrecer-te, mas se o holandês pode cortar um pouco aqui e ali, podes achar que qualquer tradução para francês ou espanhol pode acrescentar um toque especial aqui ou ali. Sempre que um livro é traduzido, é quase impossível, é claro, dizer a mesma coisa da mesma maneira. Esse livro será sempre expresso através daquelas características nacionais invisíveis que estão tão intimamente ligadas ao idioma — e, obviamente, se não fosse assim, nenhum livro poderia ser compreendido por alguém de uma língua estrangeira. É provável que haja distorções, mas as distorções em si são significativas. Tens, novamente, o direito definitivo de declarar as tuas objeções e de alterar o teu contrato de acordo com elas no futuro. Tens todo o direito de declarar as tuas objeções claras à Prentice sobre qualquer questão que consideres injusta.

Independentemente de tudo isso, no entanto — e considerando tudo isso como certo, se me perdoas (*sussurrando*) — às vezes sinto que talvez te falte uma certa confiança (*em voz alta*) na natureza das tuas próprias intenções e na atividade do Plano subjetivo no que diz respeito a ti e a essa editora. No Plano subjetivo, por um lado, as probabilidades relativas à economia nacional são conhecidas, e o teu curso está de facto a ser traçado, pois faz parte de inúmeras questões das quais não tens consciência. Eu digo-te que esse mecanismo funciona. As tuas características, intenções e propósitos são levados em consideração, e também são feitos reajustes constantes. Vocês os dois queriam um ano com impostos mais baixos. Essa era, de facto, parte da vossa intenção — mas quando isso acontece, só ouvimos gritos de tristeza.

(*Mas não de mim,* eu disse à Jane na outra noite. *Acho que aqui o Seth referiu-se ao meu aborrecimento e ao da Jane em relação ao pequeno valor do seu cheque de royalties neste Outono e à forma como a Prentice-Hall passou a reter certas percentagens dos lucros contra devoluções.*)

Se realmente entendesses as tuas próprias intenções e propósitos, verias como eles foram cumpridos fielmente (*enfaticamente*). De certa forma, não existe uma Prentice, mas um grupo de indivíduos em determinadas posições. O sentimento do criador em relação ao seu produto criativo — ou ao dela — determina em grande parte o seu desenvolvimento, o seu progresso, a sua distribuição e assim por diante.

(*Será que o Seth está a dizer que a Jane e eu realmente criámos ou queríamos o problema com a edição holandesa? Eu deveria ter perguntado, mas a entrega da Jane foi bastante rápida; nem pensei nisso, muito menos estava com vontade.*)

Realmente não quero que pensem que estou a fazer-vos um sermão. Estou apenas a tentar mostrar como formam os acontecimentos das vossas vidas.

(*Pausa às 21h41.*) Se, hipoteticamente, qualquer um de vocês acredita que a Prentice está a tentar "passar a perna em vocês" e se aceitam essa declaração ou crença, então, invisivelmente, começam a prová-la. A evidência aparece. Na vossa sociedade, os escritores precisam de editoras. A maioria das editoras são homens de negócios. Raramente fingem ser criativos — no entanto, todos os editores e as pessoas que trabalham para eles também estão intrigados com os produtos da criatividade e, pelo menos até certo ponto, sendo bem reembolsados, de facto usam as suas habilidades bastante diferentes para distribuir os produtos criativos que eles mesmos não poderiam iniciar. Até ao momento, e a longo prazo, e apesar das queixas bastante legítimas, considerando a natureza dos nossos livros e as vossas próprias características conjuntas, a Prentice tem sido uma boa escolha.

Têm sido conservadores em muitos aspetos, mas também não exploraram as habilidades do Ruburt, nem fizeram qualquer tentativa de adulterar a mensagem, o que algumas casas fariam. Não inundaram o mercado, o que, a longo prazo, pode ser bastante prejudicial e, em geral, deixaram-te em paz.

Há algumas ligações reencarnatórias envolvendo a Tam, mas o ponto geral importante é que, à sua maneira, a Prentice tentou manter a

integridade dos livros e não fez nenhum esforço para distorcer a mensagem ou sensacionalizá-la — como, por exemplo, as capas da Bantam — ou explorar pessoalmente o Ruburt, tu ou a situação. Não forçaram entrevistas contigo, e muitas editoras certamente tentariam fazê-lo. Às vezes, até mantiveram livros impressos que estavam a vender mal por um período, embora isso obviamente não se tenha aplicado ao *Seven*.

Quando qualquer um de vocês diz que os vossos objetivos e os da Prentice se fundem, ou que as vossas atitudes se fundem, tendem a querer dizer que essa fusão é de alguma forma prejudicial — que, se esperassem mais *(sublinhado)*, a Prentice faria mais: anunciaria, ou qualquer outra coisa, e isso não é o caso. Poderiam fazer mais publicidade, mas os trabalhos promocionais de alto nível são completamente diferentes e não atenderiam aos vossos interesses.

É claro que as probabilidades sempre funcionam — e falo agora da situação atual. A Prentice também deu ao Ruburt uma liberdade considerável, com exceção do *Emir*, para escrever uma variedade de diferentes tipos de livros — algo que algumas corporações maiores poderiam muito bem não permitir. Se confiares no Plano subjetivo, os acontecimentos levarão naturalmente à tua melhor realização na publicação, como em qualquer outra coisa. Essa fé no Plano subjetivo pode, de facto, fazer maravilhas. Se pudesses entender, essa fé seria suficiente. As rugas na vossa relação com a Prentice desapareceriam, ou essa relação transformar-se-ia natural e suavemente noutra, se essa fosse a melhor solução.

Observação: o Ruburt tem-se sentido estranho, pois o seu corpo está a mudar de forma criativa, tanto na área da cabeça e dos olhos, como no pescoço e nos joelhos. Os joelhos estão a começar a funcionar de forma mais adequada e, aos poucos, estão a começar a imitar e adotar uma postura de caminhada mais natural. Os passos que deu sem colocar todo o peso sobre a mesa, por exemplo, são muito importantes. Deve procurar esse impulso toda a vez que andar com a mesa.

Em breve, descobrirá que em alguns dias pode andar com bastante facilidade — talvez dez passos — dessa forma, ou talvez até duas vezes num dia, enquanto noutros dias não terá equilíbrio suficiente. Eu sugeriria caminhadas três vezes ao dia, como ele tem feito, mas mais uma vez. Todo o corpo está a ser realmente trabalhado, com a consequente libertação de tensões que se tornam mais evidentes em determinados pontos. Vocês os

dois tentem — tentem *(sussurrando)* desligar o vosso trabalho criativo das considerações práticas dos contratos e façam o Ruburt brincar com o seu próprio livro. Ele achará excelentes os resultados dessa brincadeira.

Há uma abundância de energia disponível esta noite por várias razões, e eu ajudarei o corpo do Ruburt a utilizá-la. O Ruburt mencionou o concurso dos seus sonhos. Comecem-no novamente. Enquanto estivermos a trabalhar no nosso novo livro, poderão ver-se envolvidos em alguns novos tipos de sonhos. Quanto aos nossos livros, só posso dizer que tudo está a funcionar a vosso favor, independentemente de quaisquer conflitos aparentes. Podes tentar considerar isso como certo.

Tens alguma pergunta?

("Não, acho que não.")

Desejo-te uma boa noite — e tudo está a funcionar a teu favor.

("Ok.")

Uma boa noite carinhosa.

("Obrigado, Seth.")

SESSÃO APAGADA

6 de Novembro de 1979

(*Depois do jantar, perguntei à Jane se ela poderia fazer uma sessão particular para mim, já que me sentia tão mal.*

(No sábado, dia 27 de Outubro, eu estava com algum tipo de "problema" — físico ou psicológico — e não me sentia bem desde então. Ao início, achei que estava a entrar num episódio de relaxamento benéfico, como o que vivenciei a 23 de Abril de 1979. Estávamos a trabalhar muito e, quando me deitei para tirar uma sesta na tarde de sábado, senti os efeitos do relaxamento. "Graças a Deus pelo relaxamento", disse a mim mesmo várias vezes enquanto dormia, esperando que os efeitos me rejuvenescessem. Mas acabei por apanhar uma constipação e, na semana seguinte, senti dores fortes nas articulações e nos músculos. Vimos notícias recentes na televisão sobre um vírus local que estava a circular, mas eu não sabia se isso estava envolvido ou não. A pior parte de tudo isso foi que desenvolvi dificuldades urinárias durante o mal-estar: a micção tornou-se realmente muito dolorosa e, por vezes, tinha uma forte sensação de bloqueio e de comprometimento. Eu sempre conseguia "ir", mas muitas vezes demorava e era muito desconfortável.

(Perdemos as sessões da semana passada, claro, e a de ontem à noite também, embora a Jane tenha sugerido uma. As minhas forças já estavam a regressar, mas mesmo assim estava abatido ou desgostoso comigo mesmo para pedir ajuda — talvez seja a forma mais honesta de dizer isso. O problema urinário continuava a atormentar-me e, nesta noite, a pressão era grande; por isso, cedi e pedi ajuda à Jane.

(Durante a semana passada, a Jane disse-me que percebeu que os meus problemas tinham sido desencadeados pela morte do Bill Crowder a 2 de Outubro. A Betts não nos escreveu sobre a morte até que recebemos a carta dela do dia 25, no dia 26 — data que foi um dia antes de eu adoecer. Eu não tinha prestado mais atenção do que o normal à morte do Bill, pensei, além de sentir simpatia e especular com a Jane sobre o dinheiro que ele deve ter deixado. Não que nós quiséssemos algum dele. Eu não imaginava que a morte dele pudesse incomodar-me tanto, pois certamente não pensei nisso conscientemente.

(Durante todo este tempo, de Outubro a Novembro, também estivemos envolvidos numa série de problemas com as editoras estrangeiras Ankh-Hermes e Ariston. Ficámos a saber, para nossa tristeza e raiva, que ambas as entidades cortaram as suas versões do Seth Fala, sem a nossa permissão ou conhecimento, e lutámos para exercer toda a força possível para corrigir a situação. Eu achava muito mais provável que esses tipos de desafios estivessem por trás dos meus problemas. Sentimo-nos desiludidos com a questão dos direitos estrangeiros da Prentice-Hall e também das editoras estrangeiras. Como disse à Jane mais de uma vez, "Pergunto-me o que deveríamos saber que a Tam não nos contou" — o que significa, é claro, que toda vez que surge um problema com a Prentice-Hall, descobrimos um novo lote de informações que a Tam sempre soube, mas nunca nos transmitiu. Isso gera uma série de surpresas desagradáveis ao longo das nossas andanças com a Prentice-Hall, pois elas parecem envolver dinheiro de forma negativa, ou royalties retidos, etc.

(*Perdemos a antiga sensação de liberdade que tínhamos com a Prentice-Hall, onde podíamos simplesmente fazer o nosso trabalho, enviá-lo para eles e esperar que fosse bem tratado, com royalties pagos de vez em quando e uma confiança sentida e expressa entre ambos os lados. Agora passámos a desconfiar de tudo o que nos dizem. A Jane ainda tem em mãos os contratos de Manifestações em Massa e Deus da Jane, à espera de serem esclarecidos: emendados com a prometida*

"superemenda" da Tam, que supostamente nos protegeria nos departamentos de direitos, capas de livros de bolso, cópia da capa, etc. A Prentice-Hall até queria que a Jane assinasse contratos que lhes dessem o direito de receber dinheiro de Mass Events para pagar God of Jane. Às vezes tenho a sensação de que somos pouco mais do que números para eles. Eu, por exemplo, sou a favor de tomar uma posição, como a Jane bem sabe, mas, como já lhe disse, não espero que ela me acompanhe. Acho que ela ficaria aterrorizada demais para ficar sem uma editora, se chegasse a esse ponto, ao passo que o meu sangue de lutador está desperto e eu estaria perfeitamente disposto a deixar cair as fichas onde caírem.)

(Todo este material está registado em detalhe. Ontem, a Jane confirmou com a Tam por telefone que assumiremos o controlo total dos direitos estrangeiros; não para tentar ganhar muito dinheiro, porque não achamos que isso seja possível, mas simplesmente para evitar que sejamos enganados por mais editoras estrangeiras. Muito provavelmente, assumir o controlo dos direitos estrangeiros significa apenas que não haverá nenhum. Já escrevi para a Ariston a dizer que não venderemos mais nenhum trabalho para eles depois da sua desonestidade com Seth Speaks, e planeio fazer o mesmo em breve com a Ankh-Hermes. Neste momento, estamos à espera de saber a reação deles à correspondência da Prentice-Hall, exigindo que as partes cortadas do livro sejam restauradas — uma medida que não consigo imaginar que aceitem, apenas por razões económicas.

(Ontem soubemos que o P. Grenquist e outros da Prentice-Hall se reuniram com representantes, incluindo os proprietários, da Ariston na feira do livro em Frankfurt — outra informação que a Jane e eu não teríamos recebido sem perguntar; a minha suspeita atual é que, eventualmente, a Jane e eu descobriremos que os responsáveis pela Prentice-Hall sabiam o tempo todo que tanto a Ariston como a Ankh-Hermes tinham feito alterações no Seth Fala, com a sua aprovação casual, e que simplesmente não fomos informados por quaisquer razões. Não pretendo ser paranoico com esta observação, mas apenas constatar que os negócios são feitos dessa forma e que o autor, uma vez que tenha produzido a propriedade a ser manipulada, é relegado a um lugar muito inferior na hierarquia da importância.

(Também acho que a Prentice-Hall fará a formalidade de protestar contra os cortes junto das editoras estrangeiras, sem exigir muita

retribuição, especialmente com todo o dinheiro investido em matrizes. A Jane e eu ficaremos com a situação tal como existe, então. Exceto que, teoricamente, pelo menos poderemos evitar que isto volte a acontecer se controlarmos os direitos estrangeiros a partir de agora. Não parece haver dinheiro que valha a pena mencionar envolvido, pelo menos para nós. No entanto, sempre achei que as vendas no exterior eram ótimas para as editoras estrangeiras, já que devem à Prentice-Hall apenas 6%.

(Estou a fazer estas observações aqui apenas para que fiquem registadas para possível referência posterior e para dar algum contexto aos meus problemas pessoais dos últimos dias. Se algum dia eu escrever algo mais extenso sobre a situação, pelo menos terei material datado no meu arquivo.

(O pouco que trabalhei com o pêndulo diz-me que os meus problemas estão enraizados nas atitudes em relação ao dinheiro, bem como no tempo de produção que perdi no Mass Events nas últimas duas semanas ou mais. Pensei que estava a fazer algo ao trabalhar arduamente nesse livro, para colocá-lo em andamento de forma organizada, disse à Jane quando nos sentámos para a sessão — então o que aconteceu? Acrescentei que não suportaria o tipo de aborrecimento envolvendo a Prentice-Hall para além de um certo ponto — que tomaria algum tipo de medida drástica para me livrar dos problemas relacionados com alguém em quem já não confio. Isso envolveria realizar as sessões, mas deixar que a própria Jane fizesse qualquer trabalho relacionado com a produção dos livros para o mercado.

(Eu voltaria a pintar, tentaria vender alguns quadros e, possivelmente, acabaria com um emprego de meio período para ganhar dinheiro — qualquer coisa para quebrar o padrão mental vicioso de desconfiança que pareço continuar a criar. Acredito que a Jane finalmente entendeu que sou capaz de reagir dessa forma — que eu me recusaria a suportar indefinidamente os nossos problemas atuais com a Prentice-Hall ou qualquer outra entidade. Expliquei-lhe que tinha esses pensamentos quando nos mudámos para a Pinnacle Road e que poderia facilmente reavivá-los e tentar um tipo de vida diferente.

(Devo acrescentar que, ao telefone com o Tam anteontem, falei realmente com ele — para surpresa dele, creio eu. Mas estava determinada a fazer com que ele entendesse os nossos sentimentos — ou os meus, pelo menos — em termos inequívocos, pois, enquanto conversávamos, pude sentir que ele começava a usar palavras para disfarçar a nossa

preocupação com os direitos estrangeiros; senti que as suas táticas só possibilitariam que tudo isto acontecesse novamente com os livros seguintes, e eu iria dar um curto-circuito imediatamente. Acredito que as minhas reações, que foram altas e claras, valeram a pena, pois o Tam ligou para a Jane ontem para saber, à sua maneira, se eu estava zangado com ele pessoalmente. A Jane disse-lhe que eu não estava, é claro — mas é claro que eu estava.

(Portanto, enquanto escrevo isto na manhã de quarta-feira, às 11h20, esperamos receber do Tam hoje um "pacote de cuidados", como ele disse, com as últimas correspondências envolvendo os nossos problemas no estrangeiro. Pretendo terminar esta sessão hoje e fazer os preparativos para retomar a pintura todos os dias. Neste momento, acho que continuarei a acordar cedo para trabalhar três horas em Manifestações em Massa de manhã, pintar e tratar de recados à tarde e ter as noites para sessões ou mais trabalho em Manifestações em Massa. Vamos torcer para que tudo corra bem. Como disse à Jane ontem à noite, não há muito mais que possamos fazer em relação aos direitos estrangeiros; esperemos que esse desafio tenha sido vencido.)

Ora bem: Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

O último episódio foi de facto desencadeado pela morte do Bill Crowder — desencadeado. A tua mãe admirava-o porque ele ganhava dinheiro. Ela exibia o dinheiro dele ao teu pai e, em muitos aspetos, fez com que o teu pai soubesse que não tinha grande consideração por ele — em geral, como homem ou como provedor. Para ela, ele caiu de uma posição inicial elevada — ou seja, o seu sucesso inicial, que lhe ofereceu possibilidades de riqueza e estatuto social. Tudo isso ficou no fundo da tua mente. O sucesso financeiro inicial dele também agradou à tua mãe, e ela sentiu que tu tinhas caído de uma posição elevada, por não teres vivido o suficiente para ver os teus ganhos financeiros.

Do jeito que ela era em vida, não teria entendido de forma alguma, a não ser que o dinheiro viesse, definitivamente, de uma saída reconhecida e socialmente aceite da tua parte. Até certo ponto, o caso da morte do Crowder fez com que olhasses para ti mesmo através do que achavas serem os olhos da tua mãe. Estavas a julgar-te — e, com certa regularidade, de acordo com esses padrões. Isso ocorre num nível emocional, do qual, obviamente, não aprovas intelectualmente.

Achas que o Crowder deixou um grande património financeiro — muito maior do que tu ou o Ruburt possuem. Ao mesmo tempo, tens mais do que um pouco de desprezo pelo que podemos chamar, gentilmente, de cultura mental da vida e da mente do Bill Crowder. Uma parte de ti até pensa: "Mãe, era isto que querias que eu fosse?"

É claro que te rebelaste contra esses sentimentos e crenças, mas não te livraste deles. Lembraste-te de estar na Flórida — o episódio da têmpera — quando devias estar a iniciar um empreendimento com o Crowder e, naquele nível emocional específico, pareceu-te que fizeste poucas incursões desde então — e, mais uma vez, desaprovaste.

Fizeste divisões definitivas bastante nítidas entre o mundo artístico e o mundo dos negócios. É claro que essas divisões existem. Talvez as tenhas delineado com uma determinação bastante minuciosa, de modo que os contrastes sejam brilhantemente aparentes. Estou a tentar separar essas vertentes, portanto, tem paciência comigo.

De certa forma, vês o teu pai como inventivo, criativo e altamente vulnerável. Essas ideias fundem-se com as crenças convencionais sobre a idade, de modo que parece que precisas de fazer um balanço. Porém, quando fazes um balanço com os sentimentos que estamos a descrever como os parâmetros emocionais, esses sentimentos consideram válidas apenas as crenças que os acompanham — um papel masculino tradicional: o acúmulo de dinheiro por meios tradicionais — e desconsideram como legítimo o acúmulo de conhecimento ou sabedoria como uma busca pela vida. A tua mãe diria "chique".

E, particularmente, declarariam como fútil e sem sentido a concentração em questões ou trabalhos que não trazem imediatamente um prestígio normalmente reconhecido ou um sentido de pertença.

(*21h20.*) Agora estás numa posição em que vês o ponto de intersecção entre a arte e o mundo prático. Esse ponto é a editora. Com a pintura, seria a galeria. Não entendes que as tuas próprias habilidades te dão uma visão muito mais clara do "ideal", por exemplo. Entendeste que, visualmente, vês detalhes que os outros não veem — simplesmente o mundo como um todo. Da mesma forma, no entanto, vês, por exemplo, capas de livros, situações ideais, de uma forma que as pessoas do mundo dos negócios simplesmente não veem — e ficas literalmente indignado quando a visão deles se revela tão inadequada.

A falta de qualidade emocional perturba-te. Quando ficas furioso com a Prentice, é claro que estás furioso com os defeitos maiores do mundo, mas os defeitos da Prentice são os que chamam a tua atenção mais imediata. A tua abordagem e a do Ruburt são diferentes. O Ruburt sabe que os defeitos estão lá. Em função do seu desejo de criatividade, esforça-se muito mais para os ignorar do que tu, e o desejo dele de se comunicar com os outros por meio dos livros é forte o suficiente, repara bem, para que, como um navio de guerra, ele siga em frente.

A questão do dinheiro tem sido importante por causa dos valores masculinos convencionais e, mesmo com a Prentice, parece que não és um homem a menos que os enfrentes. O que fazes é menos importante do que aquilo que pensas sobre o que estás a fazer. A tua pintura é importante. Não deves abandoná-la — e isso também é parte do problema.

Dá-nos um momento… A questão na Prentice, então, foi cobrada, não simplesmente por causa dos erros cometidos lá ou no estrangeiro, mas por causa do que esses erros e estupidez representaram para ti — o seu conteúdo simbólico.

Não estou de forma alguma a desmerecer o mundo dos negócios. As pessoas que fazem parte dele têm as suas próprias habilidades e motivações. No entanto, em geral, é temerário esperar que tenham uma noção dos valores do artista, seja qual for a arte, e depois ficar chateado quando não correspondem a essa imagem.

Agora, é claro que pensam nos livros como produtos, então parece que deveriam pensar em termos dos melhores produtos, da mesma forma que pensas numa melhor pintura — mas quando pensas dessa forma, ainda estás a projetar características artísticas onde elas não se encaixam. A maioria das empresas, inclusive a Prentice, não tem esse tipo de visão. Ponto final. Como tu mesmo disseste, as pessoas simplesmente querem realizar o seu trabalho diário da forma mais rápida e fácil possível. Isso não significa que não tenham algum orgulho do seu trabalho, mas esse orgulho é diretamente proporcional à pobreza da sua visão — portanto, a visão deve ser tua e do Ruburt. Fazes com que essas pessoas se sintam desamparadas, desconcertadas. Elas não sabem o que queres dizer, se as abordares dessa forma.

Não houve má intenção por parte da editora holandesa ou da alemã. Para começar, queriam os livros porque de facto — mas as versões que

apresentaram representavam a lacuna entre o que entendiam e o que não conseguiam entender.

Dá-nos um momento… De certa forma, o relacionamento aparentemente emocional e bastante espontâneo do Ruburt com o Tam representou um bom senso comercial da parte do Ruburt. Independentemente dos melhores negócios que possam ou não ter feito no passado, ambos ficariam muito desconfortáveis com qualquer mudança frequente de editoras. Parte do teu problema pessoal agora é porque sentes que cortaste o fluxo fácil de energia criativa na tua pintura e no *Manifestações em Massa*, e até mesmo, em certa medida — da tua parte, agora — porque os contratos não estão assinados e o fluxo nessa área está momentaneamente um pouco impedido.

A caminhada é, como suspeitas, excelente.

Dá-nos um momento… O Ruburt não acha que tu estás errado por não estares a ganhar dinheiro por conta própria, mas ele sente profundamente o seu próprio descontentamento nessa área e sente-se perplexo — pois anos atrás tu disseste tantas vezes que seria ótimo se pudesses apenas pintar ou escrever sem te preocupares com dinheiro. Ele sente que tu estás muito insatisfeito. Ele faria qualquer coisa que tu quisesses. No entanto, seria muito melhor se pensasses em pintar em vez de fazer um simples trabalho, o que certamente pareceria como cortar o nariz para não te importares com o rosto.

Sempre que cortas a tua pintura, tens dificuldades — e isso também envolve esse conceito interno provinciano da imagem masculina, pois tu ficas chateado com a tua pintura porque ela não traz dinheiro, quando a busca de um homem deveria. Ao mesmo tempo, por causa dos assuntos discutidos anteriormente, tu não lidas com as galerias. Tu voltas a escrever notas para o meu livro porque achas que fazes alguma contribuição, apesar de ti mesmo, e porque sentes que estás a contribuir financeiramente.

A ideia de um trabalho simples atrai-te porque separa as tuas ideias de arte do dinheiro — mas, para te satisfazer, não poderia envolver dinheiro algum, pois até mesmo a arte comercial leva-te à questão do ideal artístico e da sua apresentação prática.

O homem como provedor e o homem como artista, ou o título da saga é ‘O Bill Crowder pode ter sido estúpido, mas encaixava-se na multidão’. Seria bom se aprendesses a apreciar as tuas próprias habilidades, tanto como artista quanto como escritor *(mais alto)*. Seria bom se aprendesses a

valorizar a tua liberdade financeira comparativa, em vez de discutir se mereces ou não, ou se és ou não um bom homem por aceitá-la. Um bom artista, claro, que estivesse livre desse tipo de disparates, aceitaria isso de bom grado, sem hesitação.

Dê-nos um momento… Vocês devem perceber que faço um esforço considerável para entender os vossos costumes sociais e as vossas reações a eles, ao mesmo tempo que tento limpar as vossas mentes deles. Muito disso, portanto, é claro como cristal para mim, mas não se depreciem por causa dos seus efeitos sobre vocês, pois eu não tenho de lidar com eles.

Em primeiro lugar, vocês entendem a minha mensagem em termos teóricos, mas depois, claro, tudo isso deve ser levado para as vossas vidas até que se torne cada vez mais prático.

(Longa pausa às 9:55.) Não quero definir para vocês uma imagem ideal à qual nunca possam corresponder. Ou seja, não quero que a vossa experiência prática de vida pareça inferior, pois estão no processo de aprender a viver de uma nova maneira. Os padrões de dar e receber entre vocês e os outros são, na verdade, muito simples de descrever e delicados a um determinado nível de atividade. É claro que há algum material que ainda não apresentei, mas fá-lo-ei, porque inicialmente parecer-vos-ia que, à luz do que é possível, estavam a ir mal — enquanto que, à luz da vossa realidade neste momento, estão a ir bem. Tu deves perceber que estás a julgar o teu comportamento por padrões que são realmente muito elevados e estás numa situação em que, digamos, ainda não tens todos os factos.

Vocês foram orientados a desaprovar-se a si próprios, foram ensinados a julgar o vosso desempenho de forma muito superficial, de acordo com os costumes sociais e a filiação sexual, e quando estão a romper com esses padrões, podem de facto sentir-se entre dois ou três.

Divide o teu tempo entre a Realidade em Massa, se quiseres, e a tua pintura. Não importa quem cuida dos negócios, desde que tenhas o máximo de paz de espírito possível e julgues os eventos com a maior clareza possível, de acordo com a proporção real deles, além do conteúdo simbólico emocionalmente carregado.

Na verdade, claro que eu nunca te diria para conseguires um emprego ou não, nem ficaria perturbado com qualquer decisão que possas tomar. Pessoalmente, no entanto, se me permites a ousadia, acho que esse tempo poderia ser melhor aproveitado na pintura, se eu fosse um pintor.

Pensaria, então, na minha autoimagem e na imagem de um indivíduo altamente talentoso como pintor, escritor e pensador, e esforçar-me-ia por me libertar de todas as amarras que me impedissem de usar essas habilidades — em especial as amarras sexuais que definissem a minha identidade apenas em termos de dinheiro.

Eu tentaria contentar-me com o eu que sou, alegrar-me-ia com a minha singularidade e diria a mim mesmo que a minha energia poderia fluir livremente em todas as áreas da minha vida, e o problema físico resolver-se-ia facilmente.

O facto de seres homem não causa problemas. Os conceitos limitados sobre a masculinidade é que causam.

Tens alguma dúvida?

("Não, a menos que queiras dizer algo sobre a Jane.")

O Ruburt tem-se saído razoavelmente bem durante todo este processo — razoavelmente bem. Ele descobriu que podia fazer muito mais do que vocês os dois pensavam quando era necessário, e tu podes incentivá-lo a contar-te mais, pois às vezes ele sente-se no teu caminho.

A compreensão dele está a crescer aos trambolhões, mas é muito importante que vocês os dois voltem ao que consideram importante — o vosso trabalho, que também deve ser a vossa diversão, e também o ato de fazer amor. E nessa área, vocês também devem esquecer qualquer ideia de papéis sexuais em termos convencionais. Essa área também foi prejudicada por causa das vossas ideias conjuntas sobre como os artistas devem ser e como os homens e mulheres que são artistas devem ser. Pensa nisso. Esse fluxo emocional é importante.

Agora, desejo-te uma boa noite.

("Obrigado, Seth.")

(Com um sorriso:) Não levem a vida tão a sério, nenhum de vocês.

("Boa noite.") (10:10 PM.)

SESSÃO APAGADA

12 de Novembro de 1979

(Senti-me um pouco melhor esta noite, embora ainda não tenha recuperado totalmente da 'doença' que comecei a sentir em 27 de Outubro. A última sessão, de 6 de Novembro, ajudou-me consideravelmente, e eu releio-a todas as manhãs. Também voltei a pintar diariamente. Planeei retomar o trabalho em Manifestações em Massa esta semana, mas ainda não o fiz. No momento, pinto de manhã, com uma confiança absoluta que vem da última sessão, além do que sei e sinto sobre o Plano subjetivo, e é isso. Acredito que o resto virá. Entretanto, limpo as folhas no início da tarde, escrevo cartas e assim por diante. Neste momento, sinto-me tão distante do Manifestações em Massa quanto me sentia da pintura quando não a fazia.

(Como disse à Jane ontem, agora que voltei a pintar, parece incrível que tenha deixado de pintar — embora quando optei por me concentrar no Manifestações em Massa neste Verão, também achasse que era uma boa decisão. Ainda não vejo nada de errado com a decisão, mas evidentemente o meu corpo — a minha psique — discordou violentamente, considerando as crenças que preciso carregar comigo.

(A Jane disse que teve vontade de fazer uma sessão várias vezes recentemente, mas que obviamente eu não tinha, pois acabava por adormecer no sofá, e assim por diante. Mas hoje à noite, quando queríamos fazer uma sessão para voltar a concentrar-nos, ela disse que não estava a sentir vontade nenhuma de fazer uma sessão.

(Mas, finalmente, quando falou sobre isso, o Seth apareceu — e mais cedo do que o normal).

Ora bem: o homem que escreveu *Alice no País das Maravilhas* era, creio eu, um matemático notável na sua época.

(Lewis Carroll [pseudónimo de Charles Lutwidge Dodgson], 1832–98; escritor e matemático inglês; autor de Alice's Adventures in Wonderland [Aventuras de Alice no País das Maravilhas].)

(Pausa.) "Ele considerava-se excelente no seu trabalho. Isso dava-lhe respeitabilidade profissional, um sentimento de valor e mérito. Ele achava que a sua ocupação — ser responsável — era condizente com um adulto. A ocupação preenchia muitas das suas necessidades e expressava algumas das suas habilidades. No entanto, no seu tempo livre, por diversão, simplesmente porque queria, ele escrevia o seu *Alice no País das*

Maravilhas — um livro que é uma obra-prima em muitos níveis. Foi um choque quando ele descobriu que o mundo estava a ignorar o que considerava ser a sua importante contribuição para a matemática. Ele acreditava que deveria dedicar todo o seu tempo ao trabalho e dificilmente conseguia perdoar-se pelos seus lamentáveis lapsos de escrita — e ele estava a escrever, afinal, nem sequer para adultos, e tampouco para jovens do sexo masculino.

Ele era, de certa forma, apenas sexualmente ambíguo, a sua matemática expressando o que ele considerava um aspeto masculino aceitável, enquanto os níveis artísticos na sua mente, agora, ele relacionava com os seus aspetos femininos. Portanto, ele era, até certo ponto, um homem dividido. A sua criatividade manifestava-se, entretanto, quando ele se permitia brincar, quando esquecia o que achava que deveria fazer e fazia o que queria fazer.

(Pausa.) Por causa das suas crenças, ele considerava-se um tanto fracassado, e a natureza rica e evocativa das suas próprias histórias não era aprovada pela sua mente sintonizada academicamente. No entanto, apesar de si mesmo, ele estava a ampliar as dimensões da sua própria consciência, exercitando-a em diferentes direções, expandindo o âmbito das suas habilidades — e, ao fazê-lo, contribuía com uma pequena obra-prima para o mundo.

(9:00.) Quero enfatizar aqui os aspetos básicos do exercício lúdico da criatividade. Quando uma criança se entrega a brincadeiras físicas, exercita os seus músculos e todo o seu corpo. Ninguém precisa dizer a uma criança para brincar, pois brincar vem naturalmente. As brincadeiras na infância, não ditadas por professores ou pais, geralmente dão indicações claras das habilidades e tendências da criança. Ao observar as brincadeiras de uma criança, é possível perceber a forma futura que a sua vida pode assumir de forma mais produtiva. A criança não exercita conscientemente as suas pernas para que fiquem fortes, mas simplesmente segue com alegria o impulso interno para o fazer.

Todas as crianças se exercitam, embora relativamente poucas acabem por se tornar, por exemplo, especialistas em desporto, de modo que o resultado final desse tipo de atividade física é o desenvolvimento futuro de um corpo saudável e forte. O resultado final, portanto, não é um produto, mas um tipo de ser mais completo.

Agora: a criatividade é basicamente uma proposta mental, uma atividade mental ou psíquica. É também, como o exercício físico, um fenómeno energizante, que expande e amplia as propriedades mentais e psíquicas tão seguramente quanto o exercício físico desenvolve o ser do corpo. *(Pausa.)* Portanto, a criatividade é um tipo contínuo de jogo psíquico, uma atividade que investiga a natureza da realidade interior e a explora com tanta pureza quanto o exercício físico.

A vitalidade do corpo é a mesma com a qual a criança explora a realidade física. A criança corre, cai, salta, gira, sobe, balança-se, experimenta o seu corpo de todas as formas possíveis e explora naturalmente a relação do corpo com o seu ambiente. Em seguida, a criança explora o próprio ambiente.

Além disso, a criança, quase desde o seu primeiro momento de consciência clara, começa a brincar com a sua própria consciência, e da mesma forma. O que podem os seus pensamentos fazer? Para onde podem ir os seus pensamentos? Para onde vão os seus pensamentos? Quanto tempo consegue manter um pensamento? E mais tarde — um pensamento pode ser mantido mentalmente como um objeto pode ser fisicamente? Muito antes de uma criança aprender a colocar um bloco de brinquedo em cima de outro, já aprendeu a empilhar mentalmente um pensamento sobre outro, por assim dizer.

(9:15.) Ela aprende que, de certa forma, os sons são 'empilhados' dentro da mente antes de, digamos, as palavras serem ditas. *(Pausa.)* Esse tipo de expansão mental e psíquica, de uma forma ou de outra, ocorre constantemente. Na arte convencional, em muitas dessas ocasiões, acaba-se por ter um produto — um livro, uma pintura ou o que quer que seja — ao tentar definir em termos físicos a realidade de uma existência interior com a qual sempre se esteve familiarizado e deixar na realidade física alguma evidência, por menor que seja, das visões interiores que cintilam em toda a consciência.

(Pausa.) O produto criativo é um resquício, portanto, um fragmento brilhante de um todo sensorial maior.

(Longa pausa.) Quando criança, sem ideias preconcebidas em termos normais, tu desenhavas e escrevias histórias. O Ruburt escrevia histórias ou poemas e desenhava. Os impulsos naturais tinham liberdade de ação. Mais tarde, tu acreditavas que os artistas deveriam ser artistas. A concentração na pintura deveria ser tão intensa — deveria ser — que não se pensaria em

nenhuma outra ocupação. As preocupações do mundo, o teu progresso ou a falta dele, a natureza da existência — nenhuma dessas questões interferiria em tal visão artística.

Como no caso do Cézanne, as obras-primas justificariam todo o resto. Até mesmo os relacionamentos não fariam diferença — e o Ruburt, à sua maneira, fez os mesmos julgamentos sobre o 'escritor'.

O Cézanne, como sabes, não era um homem feliz. Ele poderia ter sido um artista muito melhor ainda, pois se a sua visão era intensa, meu caro amigo, era apertada e movia-se dentro de si mesmo numa agonia para encontrar uma libertação criativa que nunca poderia ser encontrada apenas no produto criativo, mas na psique da qual esse produto emerge.

(A Jane falou muito atentamente em transe. O material do Seth sobre o Cézanne foi excelente.)

Tu estás ciente dos absurdos relacionados a artistas, poetas e assim por diante — que são sensíveis demais para o mundo, que o grande talento traz desolação espiritual e que o génio de um homem mais frequentemente o destrói do que o realiza. Acrescenta a essa lista a crença de que o grande artista ou escritor se concentra na sua arte de forma tão intensa, individual e de coração único, que o próprio foco força o artista ou poeta a usar essas habilidades ao máximo, ou que o grande génio exige uma visão unilateral e a negação do mundo.

Um artista ou escritor, acreditando em tal absurdo seletivo, obviamente achará que todas as suas outras habilidades criativas são uma distração, um incómodo, uma tentação que certamente desviará a atenção do génio principal, em vez de a aumentar, aprofundar a sua aplicação e adicionar uma orquestração aos seus humores subjetivos que, de outra forma, não existiriam *(todos atentos)*.

O Leonardo da Vinci e o Michelangelo, por exemplo, teriam enlouquecido, agindo como parece que as pessoas às vezes acreditam que um artista deve agir. As suas histórias foram muito romantizadas para se adequarem ao quadro, se me permitem o trocadilho. Muitas vezes, eles trabalhavam por escolha própria com uma infinidade de operários, aprendizes, estudantes, parasitas e outros. Apesar de toda a bravata do Michelangelo, ele encontrava grande entusiasmo no tumulto político da sua época, no qual, é claro, estava intimamente envolvido. Ele colocou a igreja e o estado um contra o outro, ridicularizou o papa sempre que podia e

estava profundamente envolvido no fervor social, político e religioso daquele tempo.

Isso aplica-se ainda mais, é claro, ao Da Vinci, que, além de ser um diletante social, era um homem de visão incrível — um vidente, se preferires, que inventou na sua mente dispositivos que não chegariam fisicamente ao seu mundo por séculos."

"Esses esboços, ao que parece, não são considerados produtos criativos como uma grande escultura, mas representam uma originalidade verdadeiramente criativa, na qual uma consciência brincava com o material interno e projetava para fora muitas das propriedades materiais que, na época, simplesmente não existiam. Grande parte da sua arte, nesses termos, não foi exibida, mas a arte da sua consciência expandiu-se além da do Michelangelo.

Nenhuma das suas habilidades se contradiz, se opõe, se minimiza ou, de alguma forma, nega qualquer uma das suas prováveis realizações. Elas devem ser empilhadas de forma criativa, não apenas para serem combinadas, por exemplo, em termos convencionais, mas as habilidades são naturalmente fundidas psiquicamente. Elas significam que a tua própria consciência, conforme pensas nela, tem uma inclinação, um potencial, uma combinação rica, uma mistura peculiar e saborosa que deve ser a tua própria bebida criativa *(com muita atenção)*.

Os produtos criativos são importantes. São marcos físicos de jornadas internas psíquicas e artísticas, mas o que fazes com a tua consciência, como a amplias, é ainda mais importante, pois, assim como o jogo físico deve levar a um futuro corpo físico maduro e realizado, a natureza criativa desse tipo de jogo interno leva a uma futura consciência ampliada — um ser interno que é a versão madura de um eu anterior.

Tu obténs aquilo em que te concentras.

Estás cansado?

("Não.")

O homem criativo interior sabe, como a criança, que o caminho será aberto. Havia a Srta. Bowman, havia a escola de arte e assim por diante — portanto, quero que te lembres desse homem interior. Crenças sociais, crenças da infância ou qualquer outra coisa são sobreposições. Elas são superficiais. Têm efeitos infelizes somente quando não confias no teu eu interior.

Quando confias, o teu comportamento é, na verdade, autocorretivo e, se entenderes isso, verás que alguns comportamentos que parecem contraditórios são simplesmente atividades corretivas criativas. Quando não entendes isso, podes ficar desnorteado, pensando: 'Porque é que tal coisa funcionou na semana passada e não nesta semana?'

Às vezes, o conselho que te dou num determinado momento tem o objetivo de substituir o comportamento corretivo criativo natural que, idealmente, terias adotado por conta própria, mas não o fizeste. Enquanto sentires, por exemplo, que há um conflito entre a tua escrita e a tua pintura, então deves, de uma forma ou de outra, dar a cada uma delas um papel igual, ou ficarás chateado. Depois do teu surto *(de doença)*, sugeri que voltasses a pintar — o que é importante para ti, e é bem verdade que, quando não pintas por algum tempo, sentes-te desconfortável e psiquicamente desequilibrado. O sentimento de competição entre as duas habilidades opera de outra forma, é claro, de modo que se não estiveres a escrever, sentirás o mesmo desconforto.

(Longa pausa.) Não se podem separar os elementos de uma psique, aprovando algumas habilidades e não outras, colocando algumas em competição com as outras, sem passar por dificuldades. A própria natureza da tua pintura é, e deve ser, determinada pela qualidade da tua mente, que é inquiridora, que se recusa a ser apertada, que acumula perguntas e mais perguntas, enquanto achas que o ideal é que o artista não faça nenhuma pergunta.

Se tentasses enxergar a tua própria unidade criativa, tanto a tua pintura quanto a tua escrita proporcionariam maior satisfação e tornar-se-iam mais ricas — a tua prosa inspirada pelas tuas imagens e a tua pintura pelas tuas ideias, de modo que ambas fossem desencadeadas, produzindo não apenas produtos, mas uma visão criativa que enxerga a realidade através de uma extensão que seria a arte natural da consciência, destinada a florescer a partir dessas habilidades.

(9:59.) Pensa em ti como uma consciência criativa, capaz de focar tanto em detalhes como em extensão, tanto em aspetos visuais como em reflexões. Quando estás a escrever, a tua mente também está a brincar com imagens. Quando estás a pintar, a tua mente também está a construir ideias. Esquece a antiga ideia de expressão exclusiva.

Agora: a lista do Ruburt é uma excelente ideia, assim como o bilhete no frigorífico. Lembra-o de caminhar pelo menos duas vezes por dia e de

aumentar esse número sempre que possível. Faz com que ele esqueça as suas ideias sobre a expressão exclusiva da criatividade, mental ou física. O corpo dele está a responder — e muito bem. Incentiva-o a receber o relaxamento. Ele também está a ser criativo quando está relaxado.

Esta sessão deve ser de excelente utilidade, na verdade, para vocês os dois — e lembrar a natureza lúdica da criatividade ajudará o Ruburt a voltar ao seu livro. Ele faz isso esquecendo o livro e brincando com as ideias que ele contém.

Tu 'estavas' certo, então, quando trabalhaste no livro antes da tua luta e, durante esse tempo, confiaste em ti mesmo — mas, então, as tuas ideias sobre a natureza comparativa das tuas ideias intrometeram-se, desencadeadas naquele momento pela *(notícia da)* morte do Crowder e as crenças subsequentes sobre o papel masculino na sociedade e como isso se aplicava aos teus próprios talentos. Deixado sozinho, o ideal seria que tivesses tirado uma semana para pintar com alegria, durante a qual a tua mente se refrescaria e novas ideias sobre as tuas anotações se acumulariam. Dizer-te — ou melhor, sugerir-te — que pintasses simplesmente colocou-te nesse curso. Estás a acompanhar-me?

("Sim.")

Mas os conflitos podem dissolver-se numa síntese de entendimento e, nesse caso, os problemas de facto desaparecem. Fim da sessão. Portanto, estão livres para fazer o que preferirem, se perceberem isso. Desejo-vos uma boa e calorosa noite.

("Muito obrigado, Seth. Boa noite.")

(22h11min. A Jane não estava com vontade de fazer a sessão, mas saiu-se muito bem. Duvido que já tenha ouvido o Seth sair-se melhor. Acho que o material já ajudou. 'Estou muito feliz', disse ela. 'Não tinha nada na minha cabeça.')

SESSÃO APAGADA

21 de Novembro de 1979

(Esta é a primeira sessão realizada desde a sessão eliminada em 12 de Novembro. Estou a sentir-me um pouco melhor; tenho pintado de manhã e trabalhado no jardim à tarde, fazendo recados, etc. A única coisa que foi prejudicada foi o trabalho no Manifestações em Massa, mas agora estou a voltar gradualmente a esse trabalho também.

(Na noite da última segunda-feira, a Jane estava tão relaxada que desistiu da sessão. Achei que ela se sentiria da mesma forma hoje e fiquei bastante surpreendido quando ela me disse, às 20h30, que faria a sessão...)

Boa noite. *(Num sussurro:)*

("Boa noite, Seth.")

Ora bem: um discurso sobre os Planos subjetivo e físico, contas bancárias e garantias psíquicas.

Hoje, mudaste uma conta bancária de uma conta de poupança comum para o que se pode chamar de superconta, em que a mesma quantia de dinheiro renderá aproximadamente o dobro de juros. Tudo o que estava envolvido, como disseste ao Ruburt, era um embaralhamento de papéis daqui para lá e uma promessa de manter o dinheiro na conta e não o levantar por um período específico de tempo. Definitivamente, nas tuas circunstâncias, a segunda conta é muito preferível à primeira."

(Mais uma vez, o Seth surpreendeu-me. Eu não esperava que ele usasse as nossas contas bancárias como analogias, mas percebi imediatamente o que ele estava a fazer. Ele referiu-se ao facto de eu ter alterado a minha própria conta na segunda-feira passada e a da Jane hoje, para a compra de certificados do tesouro de seis meses.)

(Pausa.) Em primeiro lugar, porém, mesmo a conta comum é, até certo ponto, diferente das contas de poupança de muitas outras pessoas. O dinheiro não veio por meio da contagem do número de horas trabalhadas num projeto, por exemplo, ou do número de horas trabalhadas num emprego, mas acumulou-se devido à qualidade do trabalho criativo e à curiosidade da mente criativa. Até certo ponto, esse dinheiro veio porque confiaste que ele viria.

No entanto, estava numa conta poupança normal, na qual recebia juros regulares, mas bem pequenos. Agora, com a aventura de hoje e um breve relatório anterior, de repente parece que o quadro melhorou muito.

Novamente, os juros sobre a mesma quantia de dinheiro quase dobram. No entanto, não podes levantá-lo até uma data específica.

Agora chamaremos a conta poupança comum de ‘recompensas usuais do Plano físico’, por analogia, é claro. No entanto, devo lembrar-vos novamente de que, no geral, as vossas atividades não estão todas confinadas a essa estrutura devido aos vossos interesses criativos e às vossas personalidades. Caso contrário, estariam a receber salários.

No Plano físico, recebes certas recompensas pelos teus esforços comuns. A maioria das pessoas pode contar com essas recompensas, se tiver sorte: empregos estáveis — embora possam ser entediantes e ter outras desvantagens —, uma vida social convencional, uma família e assim por diante.

Tu partilhas a atividade do Plano físico com outras pessoas, pois esse mundo rodeia-te em grande parte, mas lembra-te de que estou a falar em analogias para fazer certas observações, pois a vida de cada pessoa tem as suas orientações do Plano subjetivo. Os teus esforços criativos trouxeram-te boas recompensas *(longa pausa)* em mais áreas do que imaginas, mas parte da tua conta estava numa estrutura de poupança comum, de modo que estavas, nessas áreas, um pouco restrito — e restrito pela estrutura de tentativa e erro do Plano físico.

A mudança das vossas contas fisicamente significa que tu, José, em particular, passaste por uma importante mudança construtiva de mente. Estavas a mudar de atitudes antigas para atitudes que te permitiriam desfrutar de abundância financeira, sem te sentires culpado por um lado ou ressentido por outro; para te concentrares na abundância e não no dinheiro que o governo poderia tirar de ti.

Agora: como consegues o que desejas com o Plano subjetivo? Fazes isso mudando as tuas contas em quaisquer áreas que te interessem, da antiga conta poupança para a superconta com as suas recompensas quase duplas pelo mesmo esforço. Não ficas atento aos resultados. Dais a vós próprios um prazo de, digamos, seis meses, e prometem não levantar o dinheiro da conta do Plano subjetivo nesse meio tempo. Retiras a conta ao preocupares-te com ela. Retiras a conta tentando esforçar-te mais no Plano físico, em vez de deixares a conta cuidar de si mesma.

Agora: ainda tens algum dinheiro numa conta poupança normal, que é útil para despesas simples do dia-a-dia, portanto, é claro que sempre terás algum esforço a fazer no Plano físico e alguma experiência com as suas

táticas normais de tentativa e erro. Pensarias que isso foi bastante infrutífero. Agora que mudaste as tuas contas, não percas tempo a preocupar-te com todo o dinheiro do passado que ainda estava na conta poupança antiga e que não recebia os juros superlativos que estas novas contas terão.

Na altura, não estavas seguro o suficiente para dar esse passo, e as contas antigas certamente serviam aos teus propósitos. Além de teres dinheiro de lado e poupado, recebeste *(sublinhado)* algumas recompensas extra, se não as que as tuas contas recebem agora. Portanto, quando mudam uma *(sorrindo)* determinada área das vossas vidas para a conta do Plano subjetivo, não percam tempo a preocupar-se com o interesse relativamente pequeno que recebiam antes. É tudo uma questão de mudar o vosso foco em determinadas áreas.

Agora o Ruburt está saudável. Ele não é tão saudável quanto gostaria de ser, porque a sua mobilidade física está prejudicada. Ele desfruta de muitos dos elementos mais necessários para a saúde, mas gostaria de ter um interesse maior, maiores recompensas em termos de saúde. Ele faz isso mudando mentalmente a sua conta *(enfaticamente)* do Plano físico, onde ele está de facto a melhorar por meio de esforço, tentativa e erro e determinação — mas melhorando a um ritmo muito mais lento do que gostaria.

Ele muda a sua conta de saúde para o Plano subjetivo, onde não precisa esforçar-se mais do que está a fazer agora, mas os resultados, ou os juros, serão muito mais do que o dobro. Ele dá a si mesmo um período de tempo durante o qual não verificará a conta. Nesse meio tempo, não se preocupará com a forma como os resultados serão acumulados. Ele confiará na conta. Ele também não se preocupará com os juros ou recompensas comparativamente menores que recebia no passado. Ele sentirá que a conta foi alterada.

Agora: *(mais alto)* O mesmo aplica-se às tuas relações com a Prentice. Esses sentimentos devem ser mudados, pois, caso contrário, serão aplicados mesmo que mudes de editora. Deves mudar essa conta agora. Faz isso da mesma maneira que acabei de explicar para a condição do Ruburt. Mentalmente, mudarás a tua conta com a Prentice do Plano físico de tentativa e erro — uma estrutura que te trouxe algumas boas recompensas, mas não os juros que gostarias. Não te concentras nos retornos antigos, comparativamente menores, mas consideras a conta invertida, na qual, com

a mesma quantidade de esforço, as tuas recompensas serão muito mais que o dobro.

Quando qualquer um de vós se concentra nas vossas insatisfações com a Prentice, ou nas suas falhas específicas, ou em capas de livros de que não gostaram, ou no que quer que seja, é como se o Ruburt se concentrasse nos seus sintomas. Isso impede-vos de avançar.

Tu não sabes quais são as manipulações financeiras exatas que acontecerão para que recebas juros maiores nas tuas novas contas bancárias. Simplesmente sabes que os juros virão — porque confias no estabelecimento bancário e no valor intrínseco do país. Portanto, não precisas questionar ou preocupar-te com os factos artísticos, editoriais, legais ou económicos que possam estar envolvidos para gerar os juros mais altos que desejas da Prentice, porque confias no estabelecimento mais alto do Plano subjetivo — que mantém todas as contas.

O Ruburt está a sair-se bem. O livro de poesias de amor é uma excelente ideia. Ainda deves ajudá-lo a confiar no relaxamento, mas quero que levem esta sessão a sério, para que possa ajudá-los a acelerar o vosso entendimento crescente e trazer resultados práticos mais benéficos.

Tens alguma dúvida?

("Não, acho que não.")

(Na verdade, brinquei por um momento ou dois com a ideia de pedir ao Seth que comentasse sobre o caso no Irão com os 49 reféns americanos mantidos na embaixada americana. Tudo isso parece-me ser um ponto de viragem simbólico na história mundial, cheio de perigos nos termos do Plano físico. Para mim, todas as partes envolvidas na disputa parecem desamparadas e assustadas; isso ecoa ameaças semelhantes à mente consciente que acho que a espécie criou para si mesma ao longo da história registada.)

Confia nos teus impulsos e sublinha essa linha três vezes, pois mais uma vez eles representam a tua estreita ligação com a atividade do Plano subjetivo. Fim da sessão.

("Ok. Obrigado.")

Visualiza vocês os dois a trocar essas contas.

(À primeira vista, eu não sabia o que pensar da sessão, o que, suponho, reflete apenas o meu próprio estado de espírito indeciso sobre os problemas com editoras estrangeiras, Prentice-Hall, dinheiro, arte, escrita e assim por diante. Todos os detalhes sobre o fiasco dos direitos

estrangeiros estão arquivados, portanto, não há necessidade de recontá-los aqui, exceto para dizer que o Tam, servindo de ligação para nós com a Ariston e a Ankh-Hermes, não conseguiu, até onde sabemos até agora, obter qualquer resposta de ninguém em nenhum dos dois lugares. Era apenas o que eu esperava, disse à Jane, e acrescentei que parecia que acabaríamos presos a um trabalho estragado distribuído na Europa.

(Quanto a mudar as nossas contas mentais em relação à Prentice, não sei se consigo fazer isso ou não, especialmente depois da confusão no exterior. O Tam vai visitar-nos na próxima semana, então talvez aprendamos mais, mas no momento não espero nenhum resultado milagroso. A analogia do Seth com as contas bancárias e os Planos subjetivo e físico é excelente, é claro, e, pelo menos em teoria, concordo plenamente com ela.

(Ainda não tive oportunidade de conversar com a Jane — não antes de digitar esta sessão — mas gostaria que o Seth falasse sobre o papel que os outros desempenham quando nós, por exemplo, mudamos as nossas contas. Ou seja, preciso de informações sobre como as nossas mudanças afetarão os outros, talvez levando-os a alterar os padrões habituais de pensamento e operação para que consigamos o que queremos. Mas e quanto ao que eles querem ou estão habituados? Quero saber sobre as resistências que podem ocorrer e as recusas em cooperar, mesmo em níveis subconscientes. Não vejo que simplesmente os desejos da Jane e os meus tenham o poder de mudar o comportamento de outros grupos de pessoas a esse ponto, creio eu — a menos que a nossa mudança de pensamento mude todo o resto para outra probabilidade.)

SESSÃO APAGADA

26 de Novembro de 1979

(Mais uma vez, a Jane estava bastante relaxada, mas queria fazer a sessão de qualquer maneira. "Sonolenta como sempre", disse ela. "Estive tão fora de mim na última semana."

(Eu estava a sentir-me um pouco melhor, mas ainda não estava tão claro como queria. Tinha algumas perguntas que queria fazer ao Seth se tivesse oportunidade, mas não tinha falado sobre elas com a Jane antes da sessão. Tínhamos comemorado o Dia de Ação de Graças na quinta-feira passada com o nosso primeiro peru em dois anos.

(No momento, eu tinha-me esquecido das anotações que escrevi na conclusão da última sessão, excluída em 12 de Novembro, relacionadas com a sugestão do Seth de colocarmos os nossos problemas com a Prentice e editoras estrangeiras no Plano subjetivo; tinha escrito que não sabia se era capaz de fazer isso naquele momento. Mas, para minha surpresa, as perguntas que eu tinha feito naquelas anotações forneceram o pano de fundo para a sessão desta noite.)

(Suavemente:) Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Ora bem. *(Pausa.)* As tuas perguntas sobre o funcionamento do Plano subjetivo certamente parecem ser perguntas simples e diretas, que poderiam ser respondidas em três, quatro ou cinco parágrafos concisos *(com humor)* — e é claro que tentarei dar uma resposta direta.

Por trás das tuas perguntas, no entanto, há uma vasta área de perguntas não formuladas que mal abordámos. Ao lidar apenas com os Planos subjetivo e físico estou a simplificar, e essas estruturas, de certa forma, representam dimensões *(sublinhado)* de eventos. Como os eventos acontecem é talvez um dos maiores 'mistérios' que encontrarás na vida física. Muitas vezes, preciso de analogias, pois, para mim, a natureza simultânea, criativa e cooperativa dos eventos existe com uma simplicidade sublime — uma simplicidade que, receio, necessariamente se torna complexa quando tento descrevê-la em termos que façam sentido na tua estrutura espaço-temporal.

(Pausa.) Todas as nossas analogias em conjunto, vê bem, apenas sugerem o quadro real, mas se eu não conseguir descrever claramente para

ti, nos teus termos, a interação entre os Planos subjetivo e físico, então teremos dificuldades com outros materiais posteriores. Portanto, tentaremos novamente desta forma.

Começa com a ideia de um livro. Essa ideia, por si só, mobiliza instantaneamente, digamos, as habilidades do Ruburt, e o mesmo se aplica a qualquer escritor. Há apenas uma pessoa envolvida. O mesmo se aplica a um artista, portanto, para simplificar, começaremos com um único evento criativo — a ideia que o escritor ou o artista já se preparou, por meio de treino e prática, por meio de intenção e expectativa, para receber.

Sem saber conscientemente como o seu corpo realiza essas manipulações, confia nele — as mãos para segurar o pincel, os dedos para digitar ou o que quer que seja — e a ideia torna-se realidade. A ideia vem do Plano subjetivo, e a atividade do Plano subjetivo alimenta as ações do corpo.

Agora: queremos publicar o livro — e aqui continuarei, para os nossos propósitos, a lidar com a produção de um livro em vez de uma pintura. No entanto, ainda assim, manteremos a ideia de uma pintura por um motivo diferente. Pensa na produção do livro e em tudo o que está relacionado com ela como parte do mesmo tipo de atividade criativa, mas numa arena em que os eventos, como os pensas, tornam-se o meio. É como se — perdoa as analogias cruzadas — a produção do livro *(pausa)* fosse transferida para outro nível. Uma paisagem viva na qual cada pessoa que participa na produção do livro agora se junta ao ato criativo nesse nível secundário, no que diz respeito a ti.

No entanto, esse é o teu nível principal, pois é quando eles entram em cena. Nesse ponto, algumas coisas já estão definidas, por exemplo: já tens uma editora e determinadas pessoas estão envolvidas, quer as conheças ou não. Novamente, estou a adaptar a discussão às tuas especificações *(com um sussurro divertido)*.

A tua realidade, e a realidade dessas pessoas, existe principalmente no Plano subjetivo. Já no Plano subjetivo, decisões além do número ocorreram, cálculos além do número foram feitos, resultando nesse quadro de referência específico de probabilidades existentes no momento. De uma forma ou de outra, há conexões que unem todos os envolvidos em tais processos. Há razões além dos negócios que fazem com que as pessoas da Prentice se envolvam com livros em vez de, digamos, fabricar brinquedos ou outros empreendimentos ainda mais lucrativos.

Os atos artísticos envolvem sempre interações diretas e fortes com o Plano subjetivo. Na produção do nosso livro, queremos, digamos, que pessoas que talvez nem conheçamos se reúnam de determinadas maneiras para tomar certas decisões que estarão em concordância direta com a nossa própria intenção criativa. Cada um deles tem a sua própria vida, os seus próprios interesses e intenções, os seus próprios problemas. Não podemos movê-los como pessoas de brinquedo num tabuleiro de jogo.

Quando continuas a pensar em eventos — e a publicação é um deles — como criatividade multidimensional, que envolve muitas pessoas em vez de uma, então tens alguma vantagem para te ajudar a entender. No Plano subjetivo, cada pessoa está conectada a outra pessoa. Já te dei uma boa quantidade de material explicando como as informações são comunicadas tanto em termos celulares como mentais — como são comunicadas através do estado de sonho — e expliquei a importância dos impulsos como estímulos diretos do Plano subjetivo.

(Pausa.) Isto ainda é muito difícil de verbalizar. *(Pausa.)* A intenção principal, motriz, clara e emocional num projeto como este é a do autor. O livro é o bebé dele. Lembra-te de que estamos a lidar com intensidades emocionais — e é por causa dessas intensidades emocionais que os nossos livros estão em tantos lares. Essa intensidade tem a sua própria força e vitalidade.

(Observação: acho que o Seth inseriu esta observação sobre os livros estarem em tantos lares porque a nossa correspondência tem-nos lembrado disso de forma bastante marcante ultimamente; temos falado sobre isso.)

Idealmente, essa força é, em grande parte, de protecção pessoal. Ela também é percebida, em qualquer grau possível *(sublinhado)*, por todos os envolvidos na Prentice. Nos níveis do Plano subjetivo, essas pessoas querem produzir um livro excelente. O desejo delas não é tão vigoroso quanto o teu. É diluído por muito mais atividades do Plano físico. Há muita ‘estática’ nesse nível.

Agora: quando te concentras principalmente *(sublinhado)* no Plano físico e nas tuas comunicações com a Prentice, embora, de modo geral, obtenhas resultados de natureza benéfica — a publicação e a distribuição dos livros de uma forma amplamente adequada —, há também discrepâncias gritantes: enredos que não te agradam porque tiraste a tua intenção do Plano subjetivo, onde o evento criativo começou, e colocaste-a no sistema de comunicação do Plano físico quase que inteiramente.

Obviamente, precisas do Plano físico, com as tuas cartas, chamadas telefónicas e assim por diante — mas o sistema de comunicação do Plano físico, embora fisicamente útil, também é como uma ligação telefónica muito má, com estática em ambas as extremidades.

Alcanças cada pessoa que desejas separadamente. Deves deixar a tua mensagem clara, independentemente das necessidades ou circunstâncias da outra pessoa, das intenções do momento e assim por diante. Quanto mais assediado te tornas, mais a estática aumenta em ambos os lados.

Agora: o sistema de comunicações do Plano subjetivo é colocado em ação como um sistema de comunicações primário e não como um sistema de apoio. Quando aprendes a eliminar a estática — se confias no sistema de comunicação — é assim que ele funciona.

Antes de mais nada, limpas os teus fios tentando limpar a tua mente e simplesmente tentando entender como o Plano subjetivo funciona."

"Pensa, por exemplo, em qualquer evento na produção, distribuição, tradução ou qualquer outro acontecimento de um livro como o tipo de esforço criativo multidimensional e evento que tentei explicar. Todas essas outras pessoas estão ligadas a esse evento no Plano subjetivo num nível não físico, assim como estão ligadas num nível físico. O sistema de comunicação do Plano subjetivo é ao mesmo tempo mais simples e mais complexo do que o do Plano físico.

Da mesma forma que, digamos, a tua intenção de pintar um quadro faz com que os teus dedos se movam automaticamente nas direções corretas e o teu corpo se manipule adequadamente para que a pintura desejada seja obtida, a tua intenção clara é comunicada a cada uma das pessoas envolvidas — num nível sem estática — tanto a tua quanto a delas.

Eles não se movem tão fielmente quanto os teus dedos, seguindo a tua própria intenção, não a deles, mas todos os envolvidos concordam cooperativamente em ajudar nesse empreendimento criativo — não apenas porque tu queres, vê bem, mas porque, pelas suas próprias razões, eles estão envolvidos na publicação de livros e querem participar nesse tipo de atividade.

Tu colocas em movimento um grupo de probabilidades muito mais favorável, um grupo que te ajuda a ti e a eles também, pois eles também estão a buscar criatividade a partir dos seus pontos de vista separados. Eles também estão a lutar contra a sua própria estática. Não precisas de os

contactar um a um no Plano subjetivo. O livro em si é como um íman — qualquer livro.

Os mesmos tipos de reações, no entanto, estão envolvidos em todas as atividades, e por vezes é frustrante para mim que não consigas perceber as facetas fascinantes de qualquer evento. É claro que todas as interações de grupo estão envolvidas aqui. *(Pausa.)* Vocês ainda — e não me refiro apenas a vocês dois — não sentem a força insuperável que os pensamentos têm.

Não entendem que eles formam eventos, que para mudar os eventos é preciso primeiro mudar os pensamentos. Vocês obtêm aquilo em que se concentram. Ficar a remoer ou a preocupar-se, ou ficar ressentido, é tão lamentável como seria se pintasses um grande X sobre uma das tuas pinturas por estares insatisfeito com um ou dois detalhes. Ao longo do tempo, os ressentimentos apagam grandes áreas de experiências que, de outra forma, seriam produtivas.

Dê-nos um momento… Quando tens pensamentos temerosos sobre um livro — ou pior, sobre um livro futuro — alimentas a estática de outras pessoas. Aumentas, até certo ponto, as dúvidas delas e as tuas próprias. Os teus pensamentos têm realidade, mas por trás dessa afirmação está a verdade aparentemente irreconhecível de que o teu mundo físico é a exteriorização dos teus pensamentos.

As experiências mais majestosas da humanidade, assim como as mais infelizes, provêm ainda dessa mesma grande força criativa. Tenho sido muito cuidadoso ao usar a palavra amor, porque ela é muito difundida e distorcida — mas toda a criatividade, qualquer obra de arte e qualquer vida nascem do amor — um amor que automaticamente coloca todas as coisas nos seus próprios tipos de ordem. O artista pinta porque gosta de pintar. O seu cérebro e os seus dedos são capazes de produzir uma pintura porque eles próprios são formados por amor.

Não estou a falar de um amor frio e idealizado, mas de expressões infinitas e íntimas dele que ajudam a compor qualquer forma física. Essa é a base da existência.

Tenho um outro ponto a mencionar, a propósito: a nossa sessão sobre os dois homens *(vê a sessão excluída, para mim, de 18 de Abril de 1979)*. Só tens problemas quando te identificas demais com o homem socialmente inoculado, de modo que podes dizer: ‘Com as minhas crenças, não acho que posso aprender a colocar a Prentice no Plano subjetivo’. *(Vê as minhas*

anotações finais da última sessão excluída.) O ‘meu’ aí, nessa frase, refere-se ao homem socialmente inoculado. O outro homem não tem qualquer dificuldade nesse sentido — e esse homem também és tu. Poderias ao menos pedir a opinião dele.

(“Bem, eu releio essa sessão com frequência.” Quase todos os dias, eu poderia ter acrescentado.)

É por isso que adiciono isto a este material. Quero que ambos se lembrem de que estão a aprender um novo tipo de orientação e ideias diretamente opostas àquelas com as quais foram ‘inoculados’ — portanto, não se culpem por inadequações. Não se desaprovem. Não se comparem com o que acham que deveriam fazer ou ser.

(“Eu ia perguntar por que tive aqueles problemas no trato urinário quando fiquei doente no início do mês. Eles estão melhores agora, mas ainda não foram completamente resolvidos.”)

(No início do mês, eu estava tão desgostoso com toda a situação que resolvi não me preocupar em pedir ajuda ao Seth. Espontaneamente, tive a ideia de perguntar se teria a chance. Releio diariamente muitas das sessões particulares que ele deu para nós no último ano ou dois — especialmente as do Livro 20. Várias delas tratam dos meus desafios envolvendo a lateral, a virilha, os impostos e assim por diante. Parece que aprendo devagar; ou isso ou os meus ressentimentos acumulados parecem estar tão profundamente arraigados que deveria esforçar-me muito mais para erradicar velhas crenças.)

Em cápsula: reprovação pessoal. *(Pausa.)* Em cápsula: comparar-se com o que achas que deverias ser e, em grande parte, por causa de problemas de comunicação. Querias transmitir amor pelo nosso trabalho e, em vez disso, sentiste que só poderias transmitir ressentimento pelo que achavas que tinha sido feito com ele. Sentiste-te como uma vítima.

A sessão deve ajudar-te a entender que não és uma vítima. No entanto, há muito mais sobre as interações das pessoas em tais eventos. Espero deixar tudo o mais claro possível, pois quero que entendas a natureza dos eventos e a tua participação neles e na de outras pessoas.

Se quiserem, façam uma lista de perguntas que desejam fazer. Lembrem-se, entretanto, de que concentrar-se agora, por exemplo, nas falhas da Prentice é um exercício de meditação negativa, de sugestão negativa — portanto, tentem evitar isso. Esta sessão pode ajudar,

principalmente se fizerem comparações entre o evento criativo particular e o de massa. Vocês têm perguntas?"

("Bem, acho que vou esperar.")

Mas, em todos os casos, a vossa concentração principal deve ser sempre nas realizações diárias, nas alegrias, na refeição caseira, na hora do amanhecer ou do crepúsculo ou em qualquer outra coisa. Isso é muito importante, pois a concentração em experiências negativas ajuda a deixar-te doente.

("Eu estava a perguntar por que escolhi o trato urinário.")

Já dei algum material sobre isso antes, e tudo se aplica, como já foi dito, às contradições nas tuas próprias crenças entre o homem como provedor e o homem como artista. Creio que há várias sessões que tratam desse assunto.

("Eu também as reli." No Livro 20.)

Nesse caso, havia também a crença de que havia uma falta no fluxo de comunicação, um bloqueio no fluxo de criatividade — portanto, diz a ti mesmo que os teus empreendimentos criativos podem fluir através de ti com facilidade e bem. Quando estiveres chateado, pergunta ao homem criativo o que ele acha. Fim da sessão e boa noite com carinho.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

(10h10.) "Tive uma sensação estranha antes da sessão", disse a Jane. "Que era uma daquelas vezes em que ele tinha que me passar o material palavra por palavra. Isso deixou-me muito impaciente — não da parte dele, mas da minha. Também tive a sensação de que existem cerca de cinco estruturas por aí, mas que tudo tem de chegar até nós através do Plano físico para que possamos entendê-la."

(Temos falado sobre os Planos subjetivo e 4 nos últimos dias por causa das minhas anotações para o Manifestações em Massa. Senti-me um pouco aliviado após a sessão. O Seth confirmou as minhas próprias opiniões, mas reconheço plenamente que há algum tempo tenho-me preocupado com os problemas físicos e, por vezes, perguntei-me se estava certo ou se deveria procurar ajuda médica.)

SESSÃO 886 (PARTE APAGADA)
3 de Dezembro de 1979

(A 18 de Abril passado, o Seth deu uma sessão particular para mim que, nos últimos meses, tenho relido quase diariamente. Ela contém um material excelente, e parece que só recentemente, especialmente com toda a confusão sobre as editoras estrangeiras, comecei a utilizá-la de forma proveitosa. Na sessão, o Seth postula dois homens, ambos partes de mim mesmo, que representam os conjuntos conflituosos de crenças que carreguei durante anos. O primeiro homem é o meu eu primário, que descobre que precisa suportar os fardos do segundo homem, impostos a ele por meio de crenças culturais que envolvem impostos, sucesso, o papel masculino de provedor e assim por diante.

(Com todos os problemas recentes envolvendo visitas de familiares, editoras e assim por diante, comecei a ter essa sessão em mente com frequência. Agora, sempre que percebo um conflito a surgir, faço como já havia imaginado — e como o próprio Seth sugeriu recentemente: peço o conselho do primeiro homem; o que ele faria nessas situações? Normalmente, a resposta, no vernáculo, é curta e doce, como dizem: 'Para o inferno com isso.' Isso significa que eu desvio — mas não tento reprimir — as crenças culturais e aprendidas que deixei governar a minha vida em grande parte, em vez de seguir os ditames naturais e criativos do meu primeiro homem, ou homem primário. Eu deveria dar-lhe um nome.

(De qualquer forma, como expliquei à Jane recentemente, o método parece estar a funcionar bastante bem e espero ter mais sucesso com ele quando me habituar a lidar com isso. A ideia, é claro, é apenas integrar os dois pontos de vista, muitas vezes opostos, em vez de colocá-los em conflito um com o outro, já que, como diz o Seth, sempre temos alguma necessidade prática da atividade do Plano físico. Mas agora estou a voltar-me cada vez mais para o Plano subjetivo, tentando colocar a minha fé e necessidade de soluções lá, onde podem gerar as suas próprias soluções, aparentemente sem esforço.

(O resultado dessa atividade é que me vejo concentrado em algumas coisas que considero realmente importantes: escrever, pintar, o meu amor pela Jane, as sessões, a casa, os gatos, etc. Até mesmo grandes partes dessas atividades eu agora tento relegar às ternas ministrações do Plano subjetivo. Isso parece estar a funcionar bem. É um luxo incrivelmente simples considerar um problema ou desafio, depois dizer 'que se lixe' e

lançá-lo no Plano subjetivo. É claro que isso faz lembrar o nosso comportamento logo após conhecermos as estruturas e, pelo que me lembro, funcionou muito bem. Espero reviver esses sucessos iniciais e fazer um uso muito mais prático deles desta vez.

(As minhas próprias atividades, portanto, despertaram na Jane o desejo de tentar a mesma abordagem, e sugeri que ela pensasse nas suas próprias mulheres números 1 e 2. Parece que ela enfrenta os mesmos desafios básicos que eu, eu disse-lhe, para que pudesse delinear as duas partes opostas da sua personalidade bem o suficiente para entender que muitas das suas crenças culturais foram impostas ao seu eu natural, espontâneo, livre e criativo — e a tal ponto que essas crenças adquiridas se transformaram em prejuízos, em vez de ajudas, que ela imaginava que a ajudariam a obter o que deseja na vida. Esta noite, ela queria receber do Seth algum material sobre esse assunto. Ela também me disse que só neste fim-de-semana percebeu que realmente não queria andar, 'desde que não doesse muito para não andar'. Uma perceção importante que ela pode usar para se libertar…

(O material a seguir é da 886ª sessão. (10:13.)

Fim do ditado. Dá-nos um momento.

Pessoal, agora: vocês dois sabem tudo isto — ou seja, o material que acabei de entregar. De uma forma ou de outra, as vossas habilidades criativas sempre vos sustentaram, pelo menos com conhecimento subconsciente e com um sentido das capacidades criativas maiores sempre presentes dentro de vós. *(Longa pausa.)* Sempre sentiram mais do que sabiam, ambos, portanto, nessa área, o Plano subjetivo representou uma afiliação natural com os vossos eus conscientes. Foram preenchidos criativamente por ela.

Tu sabias que eras um artista, quer vendesses ou não, ou o que quer que fizesses. Sabias que eras um artista. Os teus impulsos levaram-te a pintar. Eles também levaram-te a escrever. Eles levaram-te a preencher o teu eu criativo, a abrir novas portas.

O Ruburt, à sua maneira, sentiu-se da mesma forma. Vocês os dois sentiam-se seguros de si mesmos, nesse sentido. Nesse sentido. Depois disso, o Ruburt sentiu que deveria proteger a sua habilidade, protegendo-a contra o mundo e até mesmo contra quaisquer outras tendências que ele achava que poderiam ser contrárias à sua habilidade.

Ele queria proteger-se contra o 'temperamento artístico', como é convencionalmente entendido. Achava que o corpo e a mente eram duas coisas diferentes, que o corpo deveria ser controlado para o bem da mente, que a sua consciência existia à parte — na sua cabeça, digamos — com as suas próprias habilidades, enquanto o corpo tinha os seus próprios objetivos, separados dos seus.

O seu eu criativo espontâneo criou o corpo para começar, e todos os seus desejos físicos eram exatamente aqueles de que as suas habilidades criativas precisavam — uma rapidez do corpo e da mente a trabalhar em conjunto, uma perceção rápida mental e fisicamente, um entusiasmo natural que é apoiado *(sublinhado)* pelo poder da sua própria natureza.

(10:20) Ele especializou demasiado as suas ideias de criatividade, pois tudo o que chega à sua atenção é matéria-prima para o moinho. Como disse antes, ele deve perceber que é seguro, natural e bom exprimir o seu ser livremente — e não apenas uma parte decidida dele.

Terei mais a dizer sobre isto na quarta-feira à noite. E, enquanto isso, cria o hábito de perguntar, como fizeste esta noite, sobre caminhar depois do jantar. Se entenderes o que estou a dizer, perceberás que, basicamente, os teus impulsos nunca te trairão, mas sempre aumentarão a tua realização natural e a das tuas habilidades; portanto, pede-lhe que tente ser mais permissivo nesse sentido. Ele ainda tem medo de que os seus impulsos o levem para longe do 'trabalho' — quando, na verdade, eles fornecem o contexto maior do qual surge a existência maior.

Os seus impulsos também lhe dão inspiração. Pode haver dias em que os seus impulsos o levem a fazer tarefas domésticas ou a querer caminhar mais, mas esse movimento interno mais livre também o libertará para o tipo de inspiração que ele deseja.

Nesse meio tempo, tenho algumas recomendações, que não devem ser simplesmente empilhadas, diz-lhe:

Siga os seus impulsos.

Escreva pelo menos vários parágrafos sobre os seus sentimentos todos os dias.

Se concentre no movimento psicológico, psíquico e físico.

Fim de sessão, meu belo escritor de cartas, e uma carinhosa boa noite para vocês os dois."

("Obrigado, Seth.")

(10:32. "Eu não fazia ideia de que ele faria isso", disse a Jane, querendo dizer trabalhar no novo livro. "Estou muito feliz por termos voltado ao livro. E o que quer que ele tenha dito sobre mim, é só me dar e eu o seguirei à risca.")

SESSÃO 887 (PARTE APAGADA)

5 de Dezembro de 1979

(Neste meio-dia, a Jane e eu assinámos os nossos testamentos, com, naturalmente, o Bill Danaher e a esposa dele como testemunhas. Enquanto eles estavam aqui, recebemos um telefonema da secretária do Tam, a Nancy, que nos disse que acabara de enviar por correio especial a versão corrigida da carta do Tam para a Ariston, que eu tinha enviado a ele na segunda-feira. No momento em que digito estas notas, é quinta-feira à noite e a carta ainda não chegou. Espero terminar o caso Ariston no próximo fim-de-semana, então.

(Também recebemos a visita, às 11h30, do George Rhoads, que saiu logo após a chegada dos Danahers.

(A Jane tem estado um pouco deprimida nos últimos dias porque as pernas a têm incomodado, embora, evidentemente, elas estejam a soltar-se na parte de trás dos joelhos. Eu lembrei-lhe de caminhar duas vezes por dia. Ela está a reler o material do Seth para ela sobre o Plano subjetivo, a necessidade de confiar em si mesma, etc. Nós os dois temo-nos esforçado bastante — embora essa não seja a palavra certa — para confiar que os nossos desafios serão resolvidos no Plano subjetivo. Acho que tive um bom sucesso nisso.

(E confiando nos seus impulsos, a Jane dormiu por algumas horas esta tarde — mas não ficou feliz consigo mesma por ter feito isso quando acordou. Ela ficou mais quieta do que o normal durante o jantar e até à hora da sessão, embora tenha dito que queria manter a sessão. Sugeri que poderíamos voltar à antiga rotina de sessões, com um intervalo a meio, dividindo assim o material do livro e o material pessoal, mas ela não pareceu gostar muito da ideia, nem a desenvolveu esta noite.

(Mesmo quando a sessão foi realizada, a apresentação da Jane como Seth foi, em grande parte, bastante tranquila, comparativamente moderada.)

(O material a seguir é da 887ª Sessão. (9:48.)

Dá-nos um momento. Fim do ditado. Para o nosso amigo. *(Longa pausa.)* A parte de trás das pernas dela está a esticar-se. Isso permitirá uma manipulação muito maior dos pés. É lamentável que ela não saiba distinguir entre, digamos, sintomas de desordem e sintomas de cura.

(Um ponto muito importante. Devemos perguntar ao Seth o que pode ser feito com relação a essa falta de distinção.)

Bem. Os músculos de alongamento estão doridos, mas isso desaparecerá rapidamente — mas essa dor é um sinal saudável, representando uma maior ação das pernas. Nunca quero enfatizar demasiado nenhuma das suas atitudes, mas o Ruburt está tão habituado a não confiar no corpo que até mesmo esses sinais de cura podem perturbá-lo.

Quando vocês dois trabalham com o Plano subjetivo, digamos que a Jane 1 e o Rob 1 podem ajudar um ao outro, ajudar a Jane 2 e o Rob 2 também, de modo que aumentem os seus benefícios. No Plano subjetivo as vossas intenções e naturezas são conhecidas. Essa é a fonte da vossa existência física — a fonte dos vossos impulsos, para começar — e quanto mais aprenderem a confiar no Plano subjetivo, mais fácil será para o vosso eu natural se expressar. É a confiança que faz toda a diferença.

Podem solicitar, antes de dormir, que descansem principalmente no Plano subjetivo. O corpo do Ruburt tentou relaxar o dia todo. As pernas dela esticaram-se mais durante a sesta.

("Ele quer que elas se estiquem?")

"De facto, ele quer andar, a propósito, mas não quer 'perder o seu tempo'. O facto de não ter mobilidade total deu-lhe uma desculpa embutida para evitar distrações. Vocês dois pensaram que tudo o que não fosse trabalho seria uma distração. De certa forma, os sintomas são resultado da superorganização — a desconfiança de impulsos não especificamente relacionados ao tempo de escrita. A vossa escrita em si é impulsiva, e o incentivo a impulsos de qualquer tipo levará automaticamente aos vossos impulsos para escrever e à natureza rápida e clara da vossa inspiração. Os dois andam de mãos dadas.

Ele realmente achava que as mulheres tinham de se esforçar mais, como já discuti muitas vezes. Quando o Rob dois e a Jane dois são demasiado enfatizados, vocês aumentam as dificuldades um do outro. Quando as duas pessoas naturais estão em grande parte em operação, podem ajudar-se mutuamente de forma mais fácil e espontânea. As vossas

ideias conjuntas sobre o tempo, por exemplo, aumentam as dificuldades de ambos. Se forem expostas e a sua origem for reconhecida, poderão lidar com elas.

Se um de vocês 'perde' uma hora, muitas vezes projeta essa hora perdida em cinquenta horas futuras — mas estão a aprender. Façam com que o Ruburt pergunte à Jane natural *(Jane um)* o que fazer quando houver dificuldades, para que o eu natural tenha pelo menos a chance de dar uma opinião.

Dá-nos um momento… Vocês têm vastos reservatórios de energia em particular, ambos, que foram bloqueados simplesmente porque a pessoa natural foi ignorada e as crenças da pessoa social foram tomadas como indiscutíveis.

A pessoa natural usa as habilidades criativas espontaneamente, e essas habilidades, como já disse muitas vezes, manifestar-se-ão tanto na área da Prentice como na condição física do Ruburt quando permitirem que elas se desenvolvam e tenham margem de manobra.

A pessoa natural *(número um)* olha para o mundo e tenta ver como as suas habilidades podem ser melhor utilizadas e realizadas. Essa pessoa cresce por meio do conhecimento e da experiência com o mundo, desde que não haja nenhuma tentativa de fazer com que o eu natural se adapte ao mundo. Quando fazem esse tipo de tentativa, parece que estão sempre entre eus e sempre desaprovam o eu que são.

O eu natural aprova a si mesmo como um animal.

Agora: podemos acabar por ter uma sessão espontânea de vez em quando, mas vou encerrar esta — e quero que se lembrem da criatividade, pois ela pode permitir-vos mudar espontaneamente áreas da vossa vida com tanta facilidade que se surpreenderão por isso não ter sido feito antes.

(Com entusiasmo:) Quero que o nosso amigo relaxe — mas com o coração tranquilo. Desejo-vos uma boa noite.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

SESSÃO 888 (PARTE APAGADA)

10 de Dezembro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 888ª Sessão.)

(10:01.) Para o nosso amigo. A pessoa natural do Ruburt é altamente espontânea, criativa, imaginativa, com um excelente intelecto, hábitos naturais de trabalhar com um ritmo espontâneo — um ritmo que segue a sua própria ordem interna, lógica e intuitiva.

É a esse eu que ele deve referir-se. Ele não precisa de disciplina como pensa. Ele gosta de mudanças de ritmo, alterações no cronograma — mudança de horário, por exemplo — duas ou três vezes por ano funciona bem para ele, quando o permite.

O seu conselho de simplesmente parar de se preocupar é excelente. Ele esquece-se dos seus contornos naturais de mente e espírito quando se preocupa com o tempo ou com as horas, pois o seu tipo particular de criatividade funciona de forma diferente. Quero que ele, novamente, tente sentir os ritmos naturais dentro dele, de trabalho e diversão, que continue as suas anotações, que escreva quatro horas por dia, com uma hora para poesia, que pense nas ideias do seu livro em vez de pensar nos contratos, ou num livro como um livro, ou no trabalho como trabalho; e que entre em sintonia com a biblioteca.

("Ontem estávamos a falar sobre obras como James e Cézanne. Estás a referir-te a coisas como essas?")

Foi por isso que sugeri a biblioteca. Não se pode concentrar em preocupações e esperar que os enfeites psíquicos caiam no colo. O corpo sentiu-se ativo nas últimas noites. Não teria feito mal algum para ele levantar-se e, além disso, teria feito algum trabalho criativo."

("Ok.")

Fim da sessão. Os meus mais sinceros cumprimentos a ambos —

("Obrigado, Seth.")

— E uma carinhosa boa noite.

("Boa noite, Seth.")

(22h10. A Jane ainda estava incomodada com as pernas hoje, bem como com outras partes do corpo. Sugeri que, se não dormisse bem esta noite, me ligasse e eu ajudaria a levantá-la. Como se desenvolveu, ela dormiu e sentiu-se um pouco melhor ao amanhecer.)

SESSÃO 889 (PARTE APAGADA)

17 de Dezembro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 889ª sessão.)

(10:08.) Uma pequena observação. O Ruburt está a sair-se bem ultimamente — e tu também. Quando deixas de te preocupar, permites que certos eventos ocorram. É como se *(sublinhado)* esquecesses os limites particulares por um tempo e permitisses que as capacidades maiores do teu ser assumissem o controlo. Elas podem realizar, num instante, atividades que levariam muito tempo noutro nível. Colocas em ação, fisicamente falando, esses poderes maiores do teu ser — e confias que certas tarefas sejam realizadas nesse vasto nível inconsciente, em vez de, como mencionei esta noite *(na sessão propriamente dita)*, trabalhares na base da tentativa e erro.

SESSÃO 890 (PARTE APAGADA)

19 de Dezembro de 1979

(O material a seguir é da 890ª sessão.)

(10:29.) "Uma pequena observação. O Ruburt está a exercitar-se mais fisicamente e, por isso, de vez em quando ele depara-se com os seus conflitos com o tempo, é claro — mas, com a tua ajuda, está a lidar bem com isso.

A atividade do Plano subjetivo está a ter resultados — e terá mais, especialmente com a condição do Ruburt — e eu desejo-te uma boa noite." *(O Seth encerrou a sessão às 22h31min.)*

SESSÃO 891 (PARTE APAGADA)

26 de Dezembro de 1979

(O material a seguir foi extraído da 891ª sessão.)

(9:37.) O Ruburt precisa da tua ajuda mais uma vez para garantir-lhe que o relaxamento é seguro, que é seguro soltar-se, que ele não cairá na escuridão, que os músculos ficarão mais fortes à medida que relaxarem e que a sua criatividade virá à tona quando o corpo e a mente estiverem mais relaxados.

A inspiração vem quando ele está relaxado. Os seus pensamentos recentes são bons. As suas habilidades precisam de estímulo, uma dieta mais rica em atividades. Ele consegue entender que a melhor forma de usar as suas habilidades ao máximo é relaxar o corpo e a mente, permitir maior liberdade a ambos e exercitá-los.

SESSÃO 893 (PARTE APAGADA)

7 de Janeiro de 1980

(O material a seguir é da 893ª sessão.)

Bem: é fácil viver — tão fácil que, embora vivas, descanses, cries, respondas, sintas, toques, vejas, durmas e acordes, não precisas realmente tentar fazer nenhuma dessas coisas. Do teu ponto de vista, elas são feitas por ti.

Elas são feitas por ti no Plano subjetivo e, a propósito, outras discussões sobre o Plano subjetivo serão entrelaçadas ao longo do nosso presente livro (*Sonhos, Evolução e Realização de Valores*). No entanto, as tuas crenças muitas vezes dizem-te que a vida é dura, que viver é difícil, que o universo, mais uma vez, não é seguro e que deves usar todos os teus recursos — não para enfrentar o mundo com algo parecido com um abandono alegre, claro, mas para te proteger contra as suas ameaças implícitas; ameaças que foste ensinado a esperar.

Mas as tuas crenças não param por aí; por causa das crenças científicas e religiosas, acreditam que a civilização ocidental também tem ameaças internas. Como resultado, esquecem-se do vosso eu natural e envolvem-se numa cultura secundária, em grande parte imaginária: batalhas que são projetadas negativamente no futuro, individualmente e em massa. As pessoas respondem com doenças de um tipo ou de outro, ou através de comportamentos exagerados.

Viver é fácil *(sublinhado)*. É seguro e fiável porque é fácil. Isto é para o benefício do Ruburt... Ele está no caminho certo. Diz-lhe para dar a si mesmo as seguintes sugestões:

A vida em geral pode tornar-se cada vez mais fácil.

Posso caminhar cada vez mais facilmente e com perfeita segurança.

A segurança natural do meu corpo é o resultado da sua agilidade interna, da sua capacidade de relaxar, de se soltar, de se movimentar e de reagir. Ele é seguro e fácil de se movimentar.

Ele aprendeu algo importante, trabalhando com as suas atitudes neste fim-de-semana na casa de banho, quando percebeu que estava a segurar o seu peso ao colocar os pés no chão. A dificuldade de andar este mês, com o problema adicional de visão ultimamente, tem sido, de facto, um ajuste terapêutico.

De modo geral, o processo começou quando teve os impulsos de caminhar sem ajuda neste outono — e fê-lo corretamente. Essas noções e essa tentativa sinalizaram que ele queria mais atividade, e o corpo começou a trabalhar novamente nessa direção. Quadris, joelhos, pernas e pés estão todos envolvidos — e, de certa forma em menor grau, as partes superiores do seu corpo. Os músculos, os ligamentos e as articulações soltaram-se, mas isso não podia ser feito sem certas sensações corporais, sem certos desequilíbrios, à medida que o corpo tentava fazer outro ajuste e alinhamento.

No entanto, como ele não adquiriu a confiança no seu corpo, qualquer novo desconforto, independentemente da origem, alarma-o — um alarme que o faz tensionar os músculos, reter o peso, ficar hesitante — ações que, é claro, causam stress e prolongam o que deveria ser um ajuste relativamente pequeno. É verdade que um salto de crença excelente e exuberante tornaria até mesmo esses ajustes desnecessários — e, às vezes, o Ruburt quase chega a esse ponto. Lembra-te de que ele não tinha o seu histórico de confiança física no corpo. Sempre que puderes, novamente, comenta honestamente sobre uma melhoria — agora sobre a aparência dele ou sobre uma realização física — fá-lo, pois ele precisa de reforço nesse aspeto.

Ele obteve um bom senso de realização física neste fim-de-semana, diante de atitudes bastante negativas que conseguiu encontrar e lidar bem. Não há razão para que não possa obter outras realizações do mesmo tipo. Ele sabe quando tem hábitos maus nesse sentido, mas faz com que ele trabalhe com um — digamos, apenas um por semana — em vez de assumir vários de uma vez.

Estou disposto a ter sessões mais longas, desde que me atendas. Trabalharemos num livro numa noite e noutro na noite seguinte, se preferires — ou discutiremos material particular ou outras questões de natureza geral — ou trabalharemos duas vezes por semana no nosso material atual, o que for mais adequado às tuas fantasias *(com muito humor)*.

("Sim.")

É fácil para o Ruburt recuperar-se — realmente é. Um bom francês disse que, se tiveres de fazer uma coisa, pensa nela como se fosse fácil — e ela tornar-se-á fácil. O Ruburt tem a citação — e a afirmação é verdadeira. Dei-lhe o mesmo material quando discutimos o Plano subjetivo, portanto o Ruburt deve começar a minimizar os impedimentos na sua mente. De certa forma, destacar atitudes ou hábitos específicos pode, às vezes, ser útil, pois isso dá-lhe questões específicas com as quais lidar. Ele pode começar a mudar o foco a partir do qual geralmente vê a sua realidade, da forma que for possível — e no ponto de poder, como sugeri.

Isto é suficiente para esta noite. Desejo-lhes a minha mais calorosa saudação — e uma carinhosa boa noite.

("Muito obrigado, Seth.")

("Bem, para alguém que não estava muito a fim, eu saí-me bem", disse a Jane. Até certo ponto, ela parecia rejuvenescida. "Se não fosse pelo correio, eu tentaria fazer três sessões por semana, mas tu já não consegues digitar.")

("Eu sei digitar", eu disse. "É só arranjar tempo." Não me lembro de ela se ter oferecido para três sessões particulares ou de livros por semana, exceto quando eu, ocasionalmente, lhe pedia material para um de nós. Quando ela tinha aula, por outro lado, fazia três sessões por semana com frequência.)

SESSÃO APAGADA

23 de Janeiro de 1980

(A Ann Kraky visitou-nos ontem à noite, na hora do jantar. Ela trouxe consigo um lote de papéis que o Leonard Yaudes tinha guardado para nós; naturalmente, a nossa conversa girou em torno da recente operação de ponte de safena no coração do Leonard — veja-se as notas de abertura das Sessões 894-97, por exemplo, e as minhas próprias reações à situação do Leonard.

(Depois da visita dela, comecei a sentir o ressurgimento dos mesmos sintomas desconfortáveis, até de pânico, no peito, que já tinha experimentado em ocasiões anteriores quando o Leonard estava doente. Essas sensações persistiram durante a noite; pareciam certamente de origem física, mesmo quando tentava dizer a mim mesmo para esquecer tudo aquilo. Fiquei zangado comigo mesmo. Senti-me mal ao levar o lixo

para fora, sair para caminhar, etc., e quando fui para a cama quase tive de me levantar de novo porque as sensações se intensificaram. Mas adormeci bem. No entanto, de manhã, os sintomas voltaram assim que acordei e permaneceram em vários níveis de intensidade durante o dia. À hora da sessão, tinham diminuído um pouco, mas foram muito inibidores durante o dia, fazendo com que hesitasse em fazer coisas que normalmente faria sem pensar duas vezes, como ir até aos correios para enviar a introdução da Jane para o livro da Sue, Conversations With Seth.

(A Jane estava tão relaxada à hora da sessão, tão "fora de si", que achava que não conseguiria fazer uma sessão. Disse-lhe que fizesse o que quisesse; eu não tinha pedido que o Seth dissesse nada sobre mim. Ela decidiu tentar a sessão. Quando me sentei no sofá, o Billy, que agora está muito melhor, enrolou-se até metade no meu colo, de modo que escrever enquanto o Seth falava foi mais do que um pouco difícil. No entanto, quando a Jane entrou em transe, a fala dela como o Seth foi rápida e constante.)

Ora bem: Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Faremos aqui uma analogia, portanto entende-a como tal.

A tua consciência corporal é como a consciência de qualquer animal — alerta, sobretudo otimista, concentrada no presente, como tu o entendes, a glorificar o movimento e o descanso, a excitação e a quietude. O corpo procura usar-se a si mesmo. A consciência corporal desfruta da sua própria expressão.

A Mitzi, a correr escada acima e escada abaixo (como ela estava a fazer agora, a perseguir a sua bola de papel amassado), é um exemplo do amor pela emoção e pela atividade com que tanto o homem como o animal estão dotados inatamente. O animal gosta de ser acariciado, afagado e amado. Ele reage, cada um à sua maneira, às sugestões, ao tom da tua voz, às tuas expectativas em relação ao comportamento dele, ao tratamento que lhe dás — e, nesse sentido, a consciência corporal responde ao tratamento consciente que tu lhe dás.

Apenas para esta analogia, com o objetivo de desenvolver ainda mais a vossa compreensão conjunta da relação entre a mente consciente e o corpo, faremos outras observações. Para o propósito desta discussão, pensa no teu corpo como um animal saudável. Pensa no animal humano, mas

deixa que a palavra “animal” carregue todas as cores benéficas que tens quando pensas em outras espécies.

Se tratasses o teu corpo tão bem como tratas os teus animais — os teus animais de estimação — haveria pouca dificuldade, relativamente falando. Não há necessidade de descrever de novo a enxurrada de crenças culturais negativas que, de facto, a vossa civilização tem em excesso. Certamente também não faz sentido insistir no facto de ainda serem afetados, individual e conjuntamente, por algumas delas. O animal e a tua própria consciência corporal têm pouco conceito de idade.

(Pausa.) De uma forma quase impossível de descrever, as tuas consciências — a do corpo e a do animal — são “jovens” em cada momento das suas existências. Talvez deva esclarecer um ponto aqui: estou a assumir que entendes que me refiro à atitude mental do animal e da consciência corporal, pois ambos possuem as suas próprias atitudes mentais — colorações psicológicas — e, acima de tudo, estados emocionais.

(A Mitzi ainda estava a brincar na escada.)

Podes aprender muito sobre a tua própria consciência corporal e, portanto, até certo ponto, sobre o homem natural, observando o comportamento dos teus animais de estimação ou de outros animais, e podes, até certo ponto, aprender com o comportamento deles e, assim, neutralizar qualquer suscetibilidade a crenças negativas. Já dei material assim no passado, mas nessas ocasiões tenta voltar ao momento, ao presente. Percebe-o da forma mais clara possível do ponto de vista dos estímulos presentes diante de ti. Diz mentalmente: “Esta é a minha experiência atual”. Depois, se perceberes que estás a exagerar qualquer coisa desagradável nesse momento e a projetá-la no futuro, pára e diz: “Isto não faz parte do momento presente. Nos termos da minha realidade corporal, essas imaginações terríveis, sejam elas quais forem, não são reais. O meu corpo só pode responder ao presente. Não vou sobrecarregar este presente tomando de empréstimo problemas que, neste momento, não têm realidade. *(Tudo com muita ênfase.)*

Essas imaginações assustam a consciência corporal, tal como podes assustar um animal.

(9:43) Preocupar-se gera preocupação, claro — e embora possa não parecer, a preocupação proporciona um certo tipo de excitação inventada que te impede de procurar uma excitação mais construtiva, quanto mais tempo for usada.

Todo o animal quer saber o que se passa na área da sua perceção. Essa é uma reação normal. As pessoas são do mesmo modo. É por isso que perseguem camiões de bombeiros, por assim dizer — não necessariamente porque estejam à procura de tragédias, mas por causa da grande curiosidade da vida, e também porque a vida gosta de variedade e do incomum. Assim, é bastante natural, por exemplo, querer assistir ao noticiário na televisão, da mesma forma e pelo mesmo motivo.

Ao assistir às notícias — que satisfazem uma necessidade natural — também te deparas com uma enxurrada de crenças e atitudes culturais que são secundárias. São secundárias porque são interpretações feitas sobre os eventos. Os eventos vêm em primeiro lugar. A consciência corporal, ao assistir ao noticiário, pensaria — se pensasse como tu — "Que atividade, que comoção, que excitação (quase a rir), que conglomeração de cheiros e visões, que congregação dos meus companheiros, a correr e a perseguir, a subir e a cair, até mesmo a viver e a morrer. Que barragem sensual de atividade — e como tudo isto é suculento, já que, relativamente falando, estou sentado aqui na minha caverna aconchegante, a roer o osso do jantar, em paz, com um tapete aos meus pés. A minha barriga cheia e a minha cama por perto. *(Tudo com gosto e ênfase.)*

De qualquer forma, a consciência corporal faz essa distinção de forma inata. Ela sabe que está relacionada a esses eventos, mas também é impecavelmente realista em termos animais. Se a briga não for à porta da frente ou na vizinhança, a consciência animal simplesmente observa tudo com uma atitude mental cautelosa ou divertida.

Esse é o senso animal. A mente consciente, no entanto, com as suas crenças e medos culturais, geralmente isolada em grande parte da sabedoria animal, sente-se como se estivesse no meio de uma batalha. Exagera instantaneamente quaisquer circunstâncias terríveis, porque lhe foi dito que exagerar um problema e preocupar-se com ele é um comportamento adulto sensato.

O mesmo aplica-se se um amigo ficar doente — as crenças por trás disso dizem que sois criaturas vulneráveis, vítimas de sofrimento corporal que funciona independentemente dos vossos desejos, e cada caso de doença de outra pessoa pode ser visto como prova da vossa própria vulnerabilidade.

Qualquer processo ou sensação normal do corpo pode, então, ser ampliado ou insistido até parecer fornecer apenas mais uma prova dos

mesmos medos — que são então projetados para o futuro. Poucas pessoas no vosso mundo esperam trabalhar produtivamente até aos 90 anos com afinco, e fazem-no. Não porque o trabalho árduo as mantenha vivas e saudáveis, mas porque as crenças delas o fazem. Elas são gentis com os seus corpos. Dão crédito aos seus corpos *(pausa)* por terem o bom senso, a vitalidade e a resistência de um animal. Não acham que os seus corpos estão a tentar apanhá-las.

(Pausa às 9:59. O Seth provavelmente usou a analogia dos 90 anos porque, outra noite, na televisão, a Jane e eu assistimos a um programa sobre o Eubie Blake, o pianista de jazz, que ainda se apresenta em palco no final dos 90 anos e se sai muito bem. Os dedos dele pareciam ser tão flexíveis como os de uma criança. A propósito, ele falou sobre como cuida das suas mãos. Tocou uma das suas próprias músicas para a câmara. A propósito, ele é negro).

Há também outra coisa que tu podes fazer nesses momentos — e experimenta todas estas minhas sugestões, pois uma ou outra pode ser particularmente eficaz, enquanto outra simplesmente não te convém: de uma forma ou de outra, imagina uma espécie de plataforma neutra, uma plataforma subjetiva. Imagina-te de pé sobre ela e vê-te como se estivesses a uma certa distância da plataforma das tuas crenças habituais.

A reprovação pessoal é sempre prejudicial, portanto, como sabes, não ajuda ficares zangado contigo mesmo. Essas crenças negativas são as que estamos a tentar combater no nosso próprio trabalho. São as crenças que tu também estás a tentar combater. Portanto, não fiques com raiva de ti mesmo quando te tornares suscetível a crenças que são tão importantes no teu mundo. Sê grato por conseguires reconhecê-las.

Tens alguma dúvida?"

("Não, acho que não. É muito bom.")

Lembra-te do homem natural. Lembra-te das suas características animais. Pergunta-lhe o que se passa quando estiveres incomodado com os sintomas, e ele certamente te dirá que o estás a assustar com imaginações terríveis que não existem no mundo dele.

Ele entende a natureza da morte, como todos os animais, mas não entende imagens assustadoras de doenças imaginárias que não existem no seu presente, nem se preocupa com uma morte que ainda não aconteceu. Mais uma vez, ele é como todos os animais, repleto de otimismo biológico natural e ilimitado, e quando esse suporte biológico tem liberdade, temos

pessoas a atuar até aos últimos anos, com vitalidade, agilidade e uma elegância que só a idade pode proporcionar.

Agora, o Ruburt conseguiu encontrar uma plataforma, ultimamente, que lhe permitiu uma boa dose de liberdade das suas preocupações habituais. Isso permitiu mais relaxamento corporal e agilidade. Nos exercícios, as suas pernas estão de facto mais flexíveis, os joelhos mais ágeis, e o relaxamento da mente é a chave, pois permite que o corpo expresse a sua própria sabedoria animal.

Voltaremos ao nosso livro na próxima sessão. Estás com boa saúde, estruturalmente, o que significa que não há nada de errado com o teu coração. Agora desejo-te uma boa noite e espero que seja tranquila.

("Muito obrigado, Seth.")

(22h12min. A Jane saiu rapidamente do transe, mas antes mesmo que eu pudesse dizer-lhe o quanto achei a sessão boa, ela disse-me que, ultimamente, tem aprendido com o Seth que a consciência animal está voltada para dentro para formar a civilização da natureza, e que a nossa está voltada para fora, nas nossas civilizações físicas — mas que a nossa tem de ser construída sobre essa civilização da natureza.

(Ela achou que as informações fariam parte deste livro. Outra ideia — "Não é nada de especial" — foi o facto de que, durante séculos, o homem pensou que o universo tinha sido criado para o homem e que tudo o mais girava em torno dele.

(Nessa altura, a falar, a Jane entrou num modo de ditar para mim enquanto eu escrevia; isto era diferente de simplesmente me dizer algo em termos comuns. Não era o Seth a falar, mas o discurso dela era bastante preciso e firme, e ela fazia pausas exatamente como o Seth fazia, para eu ter tempo de escrever. Por isso, daqui em diante, colocarei o material dela entre aspas:)

'O homem foi criado por Deus, de modo que a natureza só tinha significado em relação ao homem — o homem era dominante. Depois, a ciência deitou fora toda essa tese: o homem já não estava no centro do universo. O universo não foi criado por Deus, e tanto o homem como a natureza não tinham significado, de modo que, tematicamente, o homem deixou de ser o centro do universo, uma criatura especial, criada por Deus, para se tornar num aglomerado sem sentido de átomos e moléculas, e um universo sem sentido, e essa queda filosófica foi devastadora para o homem.

Portanto, agora ele está realmente no processo de formar um novo modelo do universo entre esses dois extremos — um que reconhece que cada parte do universo tem significado em relação a todas as suas outras partes, mas que o significado não pode necessariamente ser deduzido por um exame das aparências exteriores, mas apenas na medida em que o homem examina a natureza da sua própria consciência na sua relação com outras espécies — com a própria natureza, com o universo objetivo — e começa a entender a natureza vital da inter-relação, dentro da qual o processo da divindade é atualizado.'

'A própria realidade subjetiva do homem, em todas as suas manifestações *(pausa)*, é a única "ferramenta" real que lhe dará qualquer indicação da sua existência maior e, portanto, da sua própria origem e da do universo. Os padrões de todo o trabalho do homem aparecem primeiro na mente, e os fragmentos dos sonhos individuais e conjuntos do homem juntam-se sem falhas para formar o mosaico de eventos individuais e de massa.'

'Acho que é isto', riu a Jane ao fazer uma pausa. 'Não sei o que foi. Acho que é o Seth — uma daquelas coisas intermédias.'

(22h24. "É estranho quando faço isto. É fascinante, mas é realmente estranho…". Depois: "É quase como um sonho. Podia continuar." Depois, com outra risada:)

'Cada mente individual é um depósito de conhecimento do qual cada pessoa pode tirar proveito, mas vocês aprenderam que todo o conhecimento vem do mundo exterior e dos estímulos que dele surgem. Mas todo o conhecimento é originalmente conhecimento direto — um tipo de mentalidade molecular, na qual os átomos e as moléculas dão a sua própria tradução intuitiva do conhecimento possuído por todas as unidades de consciência — pois todo o conhecimento do universo está inerentemente contido até mesmo na menor e mais microscópica das suas partes.'

'Caso contrário, todas as coisas na face do planeta não poderiam crescer em relação adequada a todas as outras coisas, nem a Terra poderia manter o seu equilíbrio ou estabilidade adequados.'

(22h29. "Eu sei que isto é do Seth", disse a Jane. "Tenho a certeza de que é de uma frase dele que recebi na casa de banho outro dia, mas por que é que aparece assim? Bem", disse ela, satisfeita, enquanto se movia para o sofá, "essa é uma das pequenas surpresas da vida. Talvez da

próxima vez possamos perguntar ao Seth como é que eu consegui isto desta forma."

O Billy ainda estava enrolado ao meu lado. E mesmo agora, na sexta-feira à noite, ele está enrolado no meu colo enquanto digito estas anotações.

Quando fomos dormir na quarta-feira à noite, disse à Jane que achava que o material sobre a consciência corporal era excelente — o tipo de coisa que nunca tínhamos ouvido antes. Isso fez-me lembrar também de um comentário que o Seth tinha feito meses atrás, dizendo que ele tinha resmas de material intocado sobre a consciência corporal. Sempre tive interesse em perguntar-lhe sobre isso, se tivéssemos tempo).

SESSÃO APAGADA

24 de janeiro de 1980

(Uma nota: Enquanto fazia o meu passeio habitual na Crestwood Avenue por volta das 22:00 de ontem à noite, vi uma manada de oito veados atravessar a rua. Avançaram para um pequeno bosque que julguei ficar logo abaixo da casa Stamp, na Pinnacle; se continuassem nesse rumo, podiam acabar por atravessar a Pinnacle mesmo junto à nossa própria casa. Avistei os veados — a moverem-se pela rua iluminada como fantasmas cinzento-acastanhados — precisamente quando virei para a Crestwood vindo da Greenaway. Por alguma razão, não me ouviram nem viram; ou, se o fizeram, não se importaram muito. Caía um pó de neve muito leve, típico do nosso inverno este ano. Havia vários animais jovens no grupo. Não me recordo de ter visto galhadas nos animais adultos, mas posso tê-las perdido. Os primeiros veados, a atravessar a rua talvez a uns quinze metros à minha frente, surpreenderam-me de tal forma que parei no sítio, incrédulo, a tentar compreender o que estava a ver. Creio que a maioria, senão todas, das casas na Crestwood tinham as luzes acesas, pelo que o bairro estava longe de deserto.)

(Esta manhã, a Jane telefonou ao Leonard Yaudes enquanto eu pintava [pensei que estava a falar com a Peg G.], e disse depois que estava a captar do Seth bastante material excelente sobre a consciência do corpo, os nossos costumes sociais quanto à doença e os meus próprios contratempos de pânico recentes após a operação do Leonard há umas semanas. Ao meio-dia disse que podia ou descrever o que tinha estado a receber do Seth, ou tentar fazer uma sessão depois do almoço. Optámos por avançar para a sessão para que o material pudesse ficar gravado. Esta é a nossa primeira sessão à luz do dia em algum tempo.)

(Com um sorriso:) Boa tarde.

("Boa tarde, Seth.")

Em primeiro lugar, é porque o Ruburt estava relaxado e aberto aos seus impulsos que tu tens as informações de hoje.

A situação é basicamente aquela que te descrevi *(ontem à noite)*, causada por crenças e sugestões assustadoras. Esse medo, no entanto, também ajudou a provocar uma espécie de mudança nas comunicações, que tentarei explicar da melhor forma possível.

Eu disse-te que as próprias células do corpo estão cientes das condições do ambiente, de outras células e, claro, das criaturas dentro do ambiente. Essas informações raramente se tornam conscientes. No entanto, se as circunstâncias o justificarem, essas informações podem ser transferidas para outros canais de comunicação, de modo a aparecerem na forma de, digamos, um impulso para fazer determinada coisa, ligar para determinada pessoa ou qualquer outra coisa. Nesse caso, consideras a informação como telepática.

Tu esforçaste-te por não pensar no teu amigo Leonard porque a situação dele te incomodava muito. Ao mesmo tempo, estavas preocupado com ele, claro. A doença dele trouxe à tona um milhão de perguntas sobre a natureza da doença e da morte, idade e assim por diante, apoiadas pelas crenças negativas da tua sociedade; então esforçaste-te ainda mais para não pensar nele e, claro, não conseguiste relaxar.

As células do teu corpo sabiam, ao mesmo tempo, que o teu amigo estava com alguma dificuldade e queria ajuda. As células do corpo do Leonard — de certa forma — enviaram uma mensagem de ajuda *(pausa)*, "irradiando" para fora em busca de um recetor.

Agora: se estivesses a seguir os teus impulsos naturais, as células do teu corpo teriam captado essa mensagem facilmente. De qualquer forma, recebeste-as por causa das tuas ligações com o teu amigo, da tua afeição por ele e dos anos de convivência no antigo apartamento. Se estivesses relaxado, a seguir os teus impulsos e sem as crenças de medo que a condição dele também despertava, então essas mensagens celulares teriam sido facilmente traduzidas num impulso para ligares ao Leonard ou para o Ruburt ligar. Os teus medos ficaram no caminho. Sempre que pensavas no Leonard, dizias a ti mesmo para esquecer.

A tua afeição pelo Leonard é forte. O teu desejo de entrar em contato com ele era maior do que o teu medo. O que aconteceu foi que as comunicações foram forçadas a seguir outro caminho. Sentiste um

desconforto no peito. Esse desconforto no peito imediatamente fez-te lembrar do teu amigo e, mais uma vez, era para te dizer que ele estava com alguma dificuldade. Quando tivemos a nossa sessão *(ontem à noite)*, a dificuldade já tinha passado. Os teus próprios sentimentos, no entanto, exageraram os sinais no início e, de certa forma, prolongaram-nos.

Na verdade, o Ruburt fez tudo por ti — sem perceber isso conscientemente — ao finalmente ligar ao Leonard esta manhã, quando descobriu que o Leonard estava a sentir-se mal, de vez em quando, durante o mesmo período em que tiveste as tuas dificuldades, e que o Leonard estava à procura de alguém para fazer um recado *(comprar um termómetro)*.

Na verdade, o Ruburt já tinha pensado em ligar antes, mas também não o fez por medo de agravar a sua própria situação. Ele até se sentiu tentado a não te contar toda a situação pelo mesmo motivo — e todo este processo é uma versão consciente do que fizeste noutros níveis. Não dizias a ti mesmo que o Leonard poderia receber ajuda, porque o teu medo fez-te interpretar mal a mensagem.

(1:38) Nesse caso, tiveste um tipo de drama simpático que, simbólica e literalmente, tinha a intenção de te lembrar do Leonard. Os sinais celulares foram enviados, mas tu poderias ter reagido a eles de várias formas quando os recebeste. Querias recebê-los, caso contrário não os terias recebido. Novamente, poderiam ter sido simplesmente traduzidos num pensamento como: "Talvez devesse ligar ao Leonard. Ele pode precisar de ajuda." Mas os medos que tinhas em relação à situação impediram essa tradução fácil.

De certa forma, a chamada do Ruburt resolveu o drama, apesar de a mensagem ter chegado atrasada. O Leonard está bem e, na verdade, foram os teus próprios medos exagerados sobre a condição dele que levaram a uma mensagem um tanto frenética, para começar. Portanto, de certa forma, o teu corpo foi submetido a um stress que não precisava, pois a mensagem foi traduzida em termos físicos de desconforto.

Isto não significa que as pessoas apanhem os sintomas de outras pessoas a torto e a direito, sem a permissão delas. Significa que as células enviam mensagens de exaltação e felicidade, assim como de angústia, e que tu reages a elas de várias formas, em momentos diferentes, conforme as condições.

A natureza semelhante da tua queixa à do Leonard, no entanto, deveria ter-te lembrado imediatamente de tal situação.

Agora, num grau menor e de forma diferente, o teu gato *(o Billy)* também reagiu. A coloração emocional geral e a vitalidade de todas as criaturas, digamos, em qualquer ambiente arbitrário é altamente complexa, de modo que há, naturalmente, um clima psicológico ao qual tu reages, tal como há um clima físico. Se chover, podes ficar dentro de casa, correr nu entre as gotas de chuva, usar galochas e levar um guarda-chuva, apanhar um táxi ou ficar tão envolvido nas tuas próprias atividades que nem dás conta de que está a chover — e o mesmo aplica-se a climas psicológicos inclementes.

É como se, ao ver uma gota de chuva, ficasses apavorado com uma tempestade, então fechavas os olhos para não ver a chuva, até que finalmente, para tua surpresa, os teus pés ficavam encharcados e a mensagem era transmitida. Essa é uma versão simplificada, certamente, das ações psicológicas que ocorreram.

Tens alguma pergunta?

("Eu tinha algumas da sessão de ontem à noite, mas isso esclarece tudo.")

"Isso deve melhorar bastante o clima — e desejo-te uma ótima e calorosa boa tarde."

("Obrigado.")

(13h52. A entrega da Jane foi bastante rápida. Ela disse que o Seth tinha levado o material mais longe do que aquilo que ela tinha recebido dele esta manhã. Ela ficou satisfeita.

(De acordo com esse material, eu disse-lhe que, se alguém prestasse atenção a esse tipo de coisa, seria possível obter boas provas de telepatia. Mas a pessoa teria de se treinar para enfrentar essas situações e agir de acordo com elas, em vez de se esconder delas, como eu tentava fazer. "Nunca me ocorreu", disse eu, "ligar ao Leonard para verificar como ele estava."

(Na chamada desta manhã, a Jane ficou a saber que o Leonard tinha exagerado nas atividades físicas em casa e, por isso, sentiu algum desconforto. O médico dele disse-lhe para ter calma, assim como a cunhada. A tarefa que ele precisava de fazer envolvia a compra de um termómetro. Disse à Jane que não tinha pensado em pedir-me que o comprasse para ele; em vez disso, ligou a outro amigo. Então, será que o

Leonard percebeu os meus próprios medos em relação à situação dele e evitou ligar-me por causa disso?

(O Billy, a propósito, está melhor hoje, embora ainda não esteja totalmente recuperado).

SESSÃO APAGADA

28 de Janeiro de 1980

(Esta manhã, parei de pintar às 11 horas para ir ao banco e à papelaria. Quando cheguei a casa, às 11h45, lavei várias janelas a pedido da Jane; elas estavam realmente a precisar. Quando terminei o trabalho, senti o início de outro "ataque" de desconforto no peito; durou a tarde toda e foi muito desconfortável. A mesma sensação de pânico de sempre. Fiquei muito chateado e zangado comigo mesmo.

(O pêndulo disse-me que a minha situação estava relacionada com o facto de eu ter parado de pintar cedo, às janelas, às minhas preocupações com a Jane, à minha idade — tudo, em outras palavras, de modo que acabei a pensar que tinha realizado muito pouco ao longo dos anos. Certamente o meu aprendizado foi deficiente, pensei. Eu queria simplesmente ajudar a Jane, viver tranquilamente e pintar com alguma paixão que sempre imaginei, mas nunca consegui. Então, por que todos os outros problemas da vida?, eu perguntava. Todas essas outras coisas pareciam atrapalhar as poucas que eu realmente queria fazer, inclusive escrever. Com a escrita, procurava dar sentido a tudo, pelo menos intelectualmente, mas, pelo menos por agora, isso deixava intocado o que parecia ser o emaranhado emocional mais poderoso das crenças.

(A Jane disse que faria uma sessão para mim depois do jantar. Respondi que isso não parecia importar. Eu ainda estava desconfortável na hora da sessão, ainda a perguntar-me se os meus sentimentos eram físicos ou emocionais, mas também estava um pouco melhor. À hora da sesta, tive um sonho muito vívido em que eu estava a conduzir uma carrinha azul nova por uma colina. Tive um acidente de algum tipo que deixou a carrinha meio pendurada fora da estrada, numa queda íngreme para o vale abaixo; tive uma visão disso de baixo. Ninguém mais se envolveu no acidente, no entanto, e o camião permaneceu na estrada.

(Quando isso aconteceu, acordei sobressaltado, sentindo, a princípio, o que pensei ser um espasmo no peito, mas logo percebi que era parte da reação do meu sonho. De alguma forma, estavam misturados aqui os

pensamentos que eu estava a ter hoje sobre a aplicação de esmalte na pintura inferior de uma cabeça que fiz em verde há algumas semanas. Eu queria trabalhar nela esta manhã, mas adiei para amanhã, para poder parar de pintar hoje cedo. Estranhamente, o episódio de espasmo no sonho envolveu os efeitos de cor que eu sabia que obteria ao esmaltar a pintura: a pintura foi feita com a cor verde alterada para cor de carne pela sobreposição de cores quentes de carne em óleo.

(A Jane estava mais uma vez muito relaxada quando a hora da sessão se aproximava. "Vais ter sorte se conseguires uma sessão comigo", riu ela, mas ao mesmo tempo sentiu o Seth por perto. Então, sussurrou:)

Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

"Agora: a consciência corporal reage a estímulos externos, claro, e também a estímulos internos. As tuas "deduções" sobre um determinado evento também são necessariamente influenciadas por julgamentos que estão fora do seu domínio.

A consciência corporal também deve reagir à tua interpretação *(sublinhado)* de um estímulo externo. A consciência corporal, por exemplo, reagirá de forma bastante diferente a, digamos, dois estalos com exatamente a mesma pressão — um estalo enérgico de amor e outro dado com escárnio ou raiva. O estímulo físico em si, no entanto, seria exatamente o mesmo, mas o corpo reagiria à tua compreensão desse estímulo.

O estalo pode trazer prazer ou dor. Nas reações momento a momento, a consciência corporal é, pode-se dizer, literal. Ela reage literalmente, digamos, a esse respeito, aos símbolos. Os símbolos são o domínio no qual as interpretações são feitas, mas o corpo deve sempre reagir momento a momento nesse nível de atividade, independentemente de um vasto conhecimento de probabilidades.

Claro que as ideias são muito importantes, pois fazem parte da tua interpretação do mundo, dos eventos pessoais e do processo de simbolização. A consciência corporal é voltada para a ação, a vitalidade, o crescimento, a curiosidade, a excitação, seja ela mental ou física. No entanto, se houver um grande conjunto de crenças que amortecem esses propósitos corporais, que incentivam a timidez em vez da coragem, que promovem o medo em vez da fé, então terás dificuldades — especialmente

se as bases para essas crenças não estiverem presentes num determinado momento.

Quero apenas que entendas estes processos. Isso, por si só, já seria de grande benefício. Mais uma vez, lembra-te do que te disse: quando as pessoas esperam uma longevidade saudável, essa é a realidade delas — e não te esqueças de que as tuas dificuldades também estão no âmbito das crenças culturais. Ou seja, o corpo sabe o que é melhor.

Com isso em mente, o problema do Leonard incomodou-te não apenas porque ele era e é um amigo. Não ficaste tão chateado com o Bill Gallagher. O Leonard, no entanto, o Ruburt vive sozinho e, embora tenha irmãos e irmãs, tu consideras o Leonard solitário. A situação provocou muitos medos — sobre tu e o Ruburt estarem sozinhos, a tua idade, a idade dos teus irmãos, quem viria em teu auxílio ou em auxílio do Ruburt. Se necessário, o Leonard pelo menos tinha conhecimento do mundo da medicina, enquanto tu e o Ruburt não tendes.

A conexão entre o Leonard, que trabalha na escola, e o Loren — tudo isso estava em segundo plano. Um evento ou outro serviria para conectar todas essas questões. Neste meio-dia, por exemplo, depois de ires ao centro da cidade e deixares o teu quadro, descobriste que o Ruburt queria que mais algumas janelas fossem feitas, e a janela inocente tornou-se um símbolo, combinando a ideia de tarefas com o teu medo: se algo acontecesse contigo, quem faria as tarefas para o Ruburt?

(9:35) Alguns desses pensamentos eram semiconscientes. A ideia de atividade, de desgaste do corpo — todas essas questões contribuíram. A consciência corporal reagiu com stress, pois os teus medos dizem-te que há um perigo imediato. Ela vivencia as tuas imagens negativas projetadas como presentes, pois o teu medo é imediato. No entanto, nenhuma das tuas próprias fontes de informação mostra qualquer motivo para alarme: estais ambos obviamente juntos na casa. O Ruburt está seguro.

Há um período de perplexidade quase animal. A consciência corporal está num estado de dilema, que sinaliza através da sensação de pânico. Ou seja, tu interpretas esse sentimento como pânico, enquanto a consciência corporal, através da sensação física, na verdade está a perguntar nervosamente: “O que está errado? Por favor, esclarece a situação.”

No entanto, com o teu treino e histórico cultural, o sentimento em si alarma-te ainda mais, de modo que ficas altamente ansioso, e é essa

ansiedade em si que é o verdadeiro sintoma, digamos; é a ansiedade que deves questionar.

Quase todos esses casos *(sublinhados)* envolvem pensamentos quase conscientes, conscientes ou logo abaixo da consciência, nos quais projetaste situações infelizes imaginadas no futuro. O corpo sente o teu medo, procura a fonte no ambiente imediato do momento para que possa reagir adequadamente para te proteger — mas não sente nenhuma dificuldade imediata. Naturalmente, fica ansioso.

Não quero que enterres esses pensamentos negativos. Por outro lado, quando os tiveres, faz questão de reconhecer que são o resultado de crenças culturais, crenças que muitas vezes são contrárias às características naturais do corpo. O conhecimento do otimismo *(pausa)* e a preservação do equilíbrio interno. Esse conhecimento eliminará o peso dos pensamentos negativos.

Pergunta também ao homem natural se ele se sente da mesma forma que tu. Pergunta se ele tem algo a dizer. Quero enfatizar que, em muitas civilizações, esperava-se que os homens aprimorassem quase todas as suas habilidades com a idade, como, por exemplo, na história do Bill Gallagher sobre o velho índio que ensinou os rapazes a rastrear animais na floresta. Os homens sempre envelheceram — e as mulheres também *(divertido)* — mas muitas vezes demonstraram muito mais sabedoria, saúde e até vitalidade na velhice porque isso era esperado deles e porque esperavam isso de si mesmos. É uma questão de entender o processo — não de te culpares por reações que não aprovas.

(Pausa.) De uma forma estranha, na tua vida até ao momento, conseguiste pensar em ti mesmo independentemente da tua idade. Por exemplo, não pensavas em ti como um adolescente quando o eras, portanto, segue esse bom senso agora. Isso simplesmente ajudar-te-á a evitar problemas que surgem apenas nesse contexto."

(Muito perspicaz da parte do Seth. Eu diria que também consegui pensar em mim como artista independentemente da minha idade, embora, claro, não totalmente).

"Não estou a falar de imaginares que és mais jovem do que és, mas de seres o eu que és, como sempre foste, independentemente da idade que tinhas. Houve aqui alguns pontos positivos *(com humor)* de interesse geral, em relação à interpretação do sofrimento. Espero que tenhas notado."

("Sim", disse eu, sorrindo.)

“O Ruburt tem-se saído muito bem. Apesar das circunstâncias da última semana, porque ele está a tentar relacionar-se com o momento como ele existe. Vocês os dois podem fazer isso. É uma questão, mais uma vez, de compreender o processo. Caso contrário, estarás a usar a sugestão de uma forma muito má. Toda a ideia de desgaste do corpo, como é entendida na tua sociedade, baseia-se na ideia do modelo mecanicista do corpo: a energia é dada no nascimento e vai-se desgastando gradualmente.

Muitas aparências fazem com que essas afirmações pareçam evidentes, mas elas são evidentes apenas pelo facto de mostrarem o poder das crenças e das sugestões. Entender isso, vê bem, pode realmente dar-te maior margem de manobra, pois, embora ainda possas reconhecer essas crenças em ti mesmo às vezes, também serás capaz de reconhecer a sua origem e, ao fazê-lo, confundi-las automaticamente.

O teu sonho também era uma imagem dos teus medos. Retornar ao momento presente e responder apenas ao que está no teu ambiente atual faz com que o teu corpo retorne a um estado de estabilidade, no qual não é dominado por medos imaginários do futuro.

Tens alguma dúvida?”

("Não, Seth.")

“Então desejo-te uma boa noite.”

("Obrigado.")

(22h00. O ritmo da Jane tem sido rápido e constante. Acho que ela tem feito um trabalho notável para manter o equilíbrio durante os meus problemas com o “caso Leonard”. Ela concordou. No entanto, eu ainda estava chateado comigo mesmo. O assunto envolvendo o Leonard é o único evento importante que penetrou nas minhas tentativas de me concentrar no momento, desde que iniciei essa empreitada há algumas semanas. Achava que me estava a sair bem nesse aspeto, mas evidentemente o Leonard representa uma série de medos antigos que surgiram em massa quando acionados e apanharam-me desprevenido. Mas o meu aprendizado parece terrivelmente lento e ineficaz).

O SONHO DO ROB

Manhã de Quarta-feira

(Em cores, como de costume: Um sonho estranho que gostaria de registar, embora não me lembre de muita coisa. Sonhei que era uma mulher de idade indeterminada, talvez por volta dos 50 anos, e que, de alguma forma, estava a tentar melhorar ou queria que outros melhorassem comigo. Algo também sobre melhorar a posição de alguém na vida. O meu pai estava comigo no sonho, pois eu conhecia-o na vida "real" e, curiosamente, ele tinha mais ou menos a mesma idade que eu tinha no sonho. Sayre era o local, eu sabia. De qualquer forma, ele usou uma frase de que me lembrei quando acordei: "Eu moro numa parte da cidade onde se usa saco de papel pardo", ou seja, num bairro de classe média baixa; deu a entender que essa era a sua posição na vida e que não fazia ideia de como mudar isso, ou achava que não conseguiria. No sonho, eu usava um casaco castanho desbotado e talvez um pequeno chapéu a condizer. Tinha cabelo castanho liso e era bastante magra. Os meus sapatos pareciam de salto baixo, pelo menos na recordação do sonho. Não consigo descrever as roupas do meu pai).

SESSÃO 898 (PARTE EXCLUÍDA)

30 de Janeiro de 1980

(O material seguinte é da 898ª sessão. Antes da sessão, mencionei à Jane que gostaria de receber algo do Seth sobre o meu sonho da manhã cedo. Uma cópia está anexa, e uma cópia dessa parte da sessão está anexada ao sonho no meu caderno de sonhos).

"Agora: isto não é um ditado. Nos sonhos, podes reconhecer-te, embora as referências habituais de espaço e tempo possam ser bastante diferentes daquelas com que estás familiarizado no estado de vigília.

Podes encontrar-te num corpo completamente diferente, ou num tempo diferente, ou, claro, numa perspetiva diferente de relacionamentos — mas tu és o teu próprio ponto de referência. Esse senso de identidade acompanha-te em toda e qualquer realidade. Todas as partículas tentarão combinar-se umas com as outras do maior número possível de maneiras prováveis. Podes chamar a isso uma lei científica, se preferires.

O mesmo se aplica a todas as partículas "psicológicas", às unidades de consciência e às suas afiliações dentro da personalidade. Se eras filho do teu pai, algures eras filha do teu pai, e foi nesse ponto de referência que te deparaste com a situação do sonho.

(Pausa.) A frase do teu pai — a referência ao saco de papel — foi uma frase que ele realmente formulou na sua própria mente, na vida em que tu realmente o conheceste, e ele considerava que os filhos, e não as filhas, representavam o seu único triunfo físico — ou seja, acreditava que os filhos eram preferíveis, e só eles compensavam a vida de trabalhador — uma vida que ele achava que não lhe convinha.

Uma filha, no entanto, teria proporcionado a ele uma relação benéfica, alguém com quem poderia discutir esses sentimentos, como fez contigo no sonho. Com os filhos, ele achava que não deveria demonstrar emoções de derrota e sentia que a própria comunicação tinha conotações femininas de natureza infeliz.

O sonho era simplesmente um pequeno cenário. *(Longa pausa.)* Essas correntes prováveis estão por trás de todos os relacionamentos. Se o teu pai tivesse tido filhas, em vez de filhos, na vida que conheces, ele ter-se-ia saído melhor no mundo físico, porque teria sentido o dever de as proteger financeiramente: ele considerava-as bastante desamparadas e necessitadas das suas capacidades. À medida que os filhos cresciam, ele sentia que eles o diminuíam. De certa forma, tinha medo das ideias de masculinidade com que cresceu — ideias que achava que não incorporava — e projetava-as nos seus filhos, de modo que, de certa forma, eles o assustavam ou envergonhavam.

Cada filho tornou-se o homem que ele não podia ser. No sonho, no entanto, tu és uma mulher a quem ele pode expressar os seus sentimentos e, por isso, mostra-te um lado dele próprio através da imagem do saco de papel.

Agora: estás a progredir novamente. O exemplo que mencionaste, sobre o solo descoberto, tornou-se uma experiência de aprendizagem, porque estás a começar a entender os processos envolvidos. Gradualmente, podes mudar os eventos que antes levavam a um "comportamento negativo" para que representem pequenos exercícios de graduação, e estás no processo de fazer isso.

Tens alguma dúvida?"

("Apenas uma, sobre o sonho. Nele, o meu pai e eu tínhamos quase a mesma idade.")

"Referi-me a isso, creio eu, na minha declaração preliminar sobre referências temporais — que te reconheces num sonho mesmo que as outras referências não estejam de acordo com a realidade conhecida. Não há contradição num sonho se tu e o teu pai tiverdes aproximadamente a mesma idade, por exemplo. Pelo que entendi, não havia outro significado para a orientação etária, exceto o facto de que eram ambos adultos e, portanto, teriam um longo histórico partilhado."

("Está bem." Eu queria que o Seth dissesse algo mais específico sobre o facto de eu ter a mesma idade (como mulher) que o meu pai no sonho).

Fim da sessão —

"— e uma boa noite carinhosa."

("Obrigado. O mesmo para ti".)

(A Jane não se lembrava do material do sonho. Eu achei-o excelente, disse-lhe. Fiquei satisfeito por me ter sintonizado numa realidade provável, mesmo que brevemente. Cada vez mais aprecio a fantástica realidade dos sonhos — o enorme conhecimento e variedade, literalmente intermináveis, que estão neles incorporados. "Pensa no número de pessoas que têm sonhos como este", disse eu, "mas que não se lembram deles ou não prestam atenção, caso os tenham. Vê o que lhes está a faltar...". Mais tarde, pensei que deveria ter perguntado ao Seth que tipo de interpretação do sonho um psicólogo convencional teria dado.

(O episódio do chão descoberto diz respeito a uma pequena experiência que tive ao entrar na cozinha antes de tirar a sesta. Olhei pela janela e vi o chão sem neve, e pensei que não precisaria de limpar a neve com a pá. Imediatamente, comecei a sentir leves sensações de ansiedade no peito. Em seguida, comecei a recordar o material do Seth das últimas três sessões particulares — viver no presente e parar de projetar no futuro, que o meu corpo não merecia ser tratado dessa forma e que não entendia essas reflexões. As sensações desapareceram e eu dormi tranquilamente).

SESSÃO 899 (PARTE APAGADA)

6 de Fevereiro de 1980

(O material a seguir é da 899ª sessão).

Uma observação: o Ruburt está a fazer algumas conexões importantes, pois está envolvido com o livro dele agora (*O Deus da Jane*). E vocês os dois podem perceber que, no que diz respeito a qualquer um dos vossos problemas, têm lutado contra dragões de papel.

Os problemas surgem em resposta a ideias que já aceitaste como factos da vida — ideias que, de facto, exerceram grande influência — ideias que são responsáveis por grande parte do sofrimento do mundo. *(Pausa.)* A nossa versão da realidade teve de surgir em meio a esse ambiente. Por um tempo, teve de ser testada no mundo das crenças que conhecias, mesmo quando as evidências pareciam estar do lado dos pronunciamentos oficiais.

Fizeste descobertas corajosas, pois as sessões nunca teriam começado ou continuado — mas, para manteres a tua paz de espírito, ainda tinhas de manter a tua base mental no mundo daquelas antigas crenças. Às vezes, pode ter parecido que as nossas ideias eram projeções fantasiosas, hipóteses esperadas, mas irreais, que tinham o seu próprio valor criativo intrínseco importante, mas que não representavam necessariamente nenhuma declaração real de facto sobre o universo físico.

Podiam até ter parecido afirmações teóricas brilhantes *(divertido)*, os meus próprios pronunciamentos — mas pouco a pouco aceitaste-as intelectualmente enquanto ainda estavas emocionalmente preso pelo hábito, de modo que, de facto, como o Ruburt escreveu, quase te tornaste programado, as tuas perguntas sobre a realidade baseadas nos factos erróneos do darwinismo, do freudianismo ou da religião.

Da mesma forma, no entanto, quase se programaram para reagir de determinadas formas físicas, e pelos mesmos motivos. As nossas ideias são o mais próximo possível dos factos, concedendo as traduções necessárias, e à medida que construírem as vossas vidas com base nessas estruturas, deixarão de estar programados, a reagir a "factos" erróneos como se eles tivessem uma base na realidade.

Quanto mais se libertarem dessas ideias, mais livres se tornarão, mais fortes serão os vossos corpos naturais, mais vivos serão os vossos corpos naturais. Lembrem-se do Quadro 2, pois a vossa vasta natureza criativa pode ajudar a fornecer o impulso para romper essas crenças limitantes.

É bem possível que o Ruburt esteja a preparar-se para avanços significativos e que tu também estejas. Pede às tuas pessoas naturais que expressem a sua vitalidade e exuberância e recusa-te a amortecer a experiência delas assustando-as com dragões de papel.

Fim da sessão *(mais alto)* e uma boa noite natural.

(22h13. "Não consigo lembrar-me da sessão agora, mas acho que disse tudo o que recebi dele ontem e hoje", disse a Jane. A sua fala foi boa, muitas vezes vigorosa e um pouco mais forte do que o normal.
Eu não me tinha sentido muito bem em vários momentos hoje e não fui muito comunicativo sobre isso com a Jane. Vestígios do meu desconforto no peito, relacionados com o Leonard, também me acometeram em alguns momentos. Talvez parte do material particular do Seth aqui tenha surgido por causa da minha própria inquietação).

SESSÃO 901 (PARTE APAGADA)

18 de Fevereiro de 1980

(O material a seguir é da 901ª sessão.

(Antes, porém: Na semana passada, recebi do nosso oftalmologista, o Jim Adams, o cartão habitual a informar que fazia dois anos que os meus olhos não eram examinados e que novos óculos tinham sido receitados. A princípio, não pensei nisso, mas logo comecei a ser incomodado por uma leve sensação de tensão, especialmente ao pintar — sem óculos, aliás. Achei que a sugestão estava a funcionar, que estava a dizer a mim mesmo que precisava de novos óculos, enquanto antes de receber o aviso sentia-me bem.

(Depois de passar vários dias bastante desconfortáveis, cedi no fim-de-semana e decidi marcar uma consulta hoje de manhã. Esperei que a consulta fosse rápida e consegui marcá-la para a tarde de hoje devido a um cancelamento. Quando o JA me examinou, tive uma surpresa muito agradável, pois disse-me que os meus olhos tinham melhorado em relação à última vez e que agora estavam a incomodar-me porque os meus óculos atuais estavam a ficar demasiado fortes. Eu achava que era o contrário, claro. O JA também pareceu surpreso e verificou novamente os dados para ter a certeza de que estava correto. Além disso, quando as novas lentes foram montadas na sua máquina para que eu verificasse a minha visão, consegui ler 15-20 (ou 20-15?), outra melhoria em relação ao 20-20 normal.

(Além disso, quando o JA me testou para glaucoma, a minha pressão ocular foi de 17 para o olho esquerdo e 16 para o direito — um ponto ou mais melhor do que da última vez, e no meio da faixa normal que termina em 25. "Vou levar isto", exclamou o JA. "Bom e baixo." Saí do consultório surpreso e satisfeito. Também encomendei um par extra de óculos para experimentar para pintar e escrever — não bifocais.

"Devo estar a fazer algo certo", disse eu à Jane quando voltei a casa e lhe expliquei a situação. Devo acrescentar que, quando estava a fazer marcha-atrás com o carro para sair da garagem e cumprir o compromisso, o Leonard Yaudes apareceu, pela primeira vez desde que fez a cirurgia cardíaca de bypass. Foi a doença do Leonard que desencadeou um conjunto de sintomas em mim, que o Seth tem vindo a tratar nestas sessões excluídas. De facto, hoje foi o primeiro dia em algum tempo — pelo menos vários dias — em que não notei sintomas torácicos de algum grau, leves ou mais fortes. Levei algum tempo a perceber que a chegada do Leonard não era uma coincidência, embora tivesse dificuldade em ser específico mentalmente sobre o que queria dizer com esse entendimento. O Seth também comenta).

"Dá-nos um momento…

Separa: Querias alguma afirmação da vitalidade do teu corpo, da sua resiliência e das suas energias de recuperação. Também querias ter a certeza de que poderias atuar como artista pelo tempo que quisesses nesta vida. Usaste o incidente do aviso do optometrista para dar a ti mesmo uma excelente lição, pois, no fundo da tua mente, preocupavas-te realmente e perguntavas-te se os teus olhos estavam a ficar cansados. Em circunstâncias normais, esses "sintomas" seriam interpretados como sinais de dificuldade. Em vez disso, descobriste que os chamados sintomas são sinais de que os teus óculos se tornaram demasiado fortes porque a tua visão não só se manteve, como melhorou de forma notável, e de uma forma clinicamente demonstrável.

Eles melhoraram porque estás realmente a aprender a relaxar mais contigo mesmo, e a melhoria ocorre primeiramente na área do teu interesse principal — o teu trabalho — mas representa um momento geral de regeneração. Os teus olhos não existem sozinhos na tua cabeça.

(Pausa.) Os teus sonhos que envolviam preocupações com a sexualidade na verdade representavam, claro, preocupações com o teu valor como pessoa que contribui, sendo o sexo e o trabalho equiparados. Sabendo

isso, se o caso dos olhos fosse um sonho, também poderia ser interpretado como uma regeneração sexual. Na verdade, é uma resposta física às preocupações iniciadas pelas dificuldades do teu amigo Leonard e, portanto, não foi coincidência ele ter aparecido hoje."

Tens alguma pergunta?

("Como está a Jane?")

Dá-nos um momento. Bem, com a sua atitude. Ele ficou muito alarmado com os seus próprios sintomas, embora se tenha saído bem o suficiente para se manter lá. O trabalho dele no seu próprio livro agora está a ajudá-lo a colocar certos assuntos em perspetiva, e a visão dele também está a melhorar em certas áreas. Mais uma vez, o ato de fazer amor representa uma excelente forma de aumentar as vossas vitalidades individuais e conjuntas, e de ajudar a estimular a espontaneidade física do Ruburt.

Fim da sessão.

("Obrigado, Seth.")

"Uma boa noite carinhosa."

("O mesmo para ti, boa noite.")

(22h30. A Jane sentiu-se muito melhor do que antes da sessão. Naturalmente, o material do Seth sobre regeneração física faz-me pensar noutras partes do corpo a regenerarem-se — e na Jane também. Quando nos levantámos esta manhã, contei à Jane que tinha sonhado que estávamos a participar num sexo grupal numa festa, mas que não me lembrava de mais nada além disso. Ninguém que conhecemos estava no sonho e, na verdade, lembro-me apenas dos estágios preliminares do caso, não de nenhuma atividade sexual propriamente dita.

(Preciso admitir, no dia seguinte, enquanto digito estas anotações, que, com regeneração ou não, tive uma "recaída" na antiga dificuldade no peito esta tarde, depois de lavar as janelas do quarto a pedido da Jane. O trabalho físico envolvido foi mínimo e levou apenas alguns minutos, depois de a Jane quase chorar e pedir — até mesmo exigir — ao meio-dia que eu tentasse manter as janelas mais limpas. Os sintomas, às vezes bastante fortes, incomodaram-me durante a tarde e impediram-me de dormir confortavelmente. Por fim, acabei por reler algumas das sessões particulares sobre a dificuldade no peito, e o problema pareceu ter diminuído bastante quando estávamos a jantar.

(A Jane, claro, ficou muito chateada com a minha dificuldade no peito e disse-me, depois da sesta, que estava muito preocupada, incomodada, claro, por ter-me pedido para lavar janelas. Vale lembrar que uma das minhas reações mais fortes no mês passado também ocorreu depois de lavar janelas. Disse-lhe que concordava que a situação era um tanto desanimadora, pois parecia que eu não tinha aprendido muito com todo esse transtorno dos últimos dois meses. Eu tinha-me sentido bem ontem, pela primeira vez em muito tempo, e disse à Jane que, embora tivesse esquecido completamente os problemas de ontem, os eventos de hoje mostraram que eles não tinham sido resolvidos, mas apenas temporariamente esquecidos até serem acionados novamente.

(Observação: certamente quero trabalhar como artista até uma idade avançada).

SESSÃO APAGADA

9 de Abril de 1980

(Esta é a primeira sessão que realizamos desde 6 de Março. Acho que a Jane só a manteve porque eu não estava a sentir-me bem há várias semanas. Só agora ela está realmente a recuperar do resfriado que apanhou do RW no início do mês passado e, de alguma forma, também se afastou das sessões.

(Os meus problemas com o lado, a virilha e o escroto são os mesmos que já tive em outras ocasiões, especialmente no ano passado por esta altura. A minha pintura não tem corrido bem ultimamente, e estou preocupado com isso. Na verdade, estou a tentar várias abordagens diferentes de pintura e acho que me desviei para muitas experiências; portanto, como disse à Jane, tenho a certeza de que a pintura está envolvida nos meus distúrbios. No entanto, em vários momentos, o pêndulo deu-me todos os tipos de outros motivos para os meus males físicos: impostos, dinheiro, os sintomas da Jane, sucesso e fracasso — os trabalhos, pode-se dizer. Eu já estava bastante desgostoso e fora de mim esta noite. Ainda assim, durante todo este tempo, tenho dormido bem e alimentado-me bem. Acho que esta descrição não descreve adequadamente a profundidade dos meus sentimentos, pois estou realmente incomodado há algum tempo, a ponto de não me sentir mais livre fisicamente e, mais uma vez, pensei em procurar ajuda médica como último recurso.

(Na semana passada, tentámos um "novo" tratamento para os sintomas da Jane — um sobre o qual lemos recentemente e que envolve a aplicação de compressas frias nos joelhos e nas mãos, para começar. Ela teve alguns resultados animadores e planeamos experimentar a ideia. É o oposto do tratamento usual — calor — dado para este tipo de dificuldade. Ontem à noite, recebemos a visita do Dr. John Beahrs e da sua noiva, a Claudette. A visita foi muito agradável e foi a primeira vez em muitos dias que esqueci as minhas dores, como percebi quando tudo acabou. Dormi bem e o desconforto voltou com força total quando me levantei esta manhã. Na verdade, estava tão incomodado que tive muita dificuldade em concentrar-me na pintura.

(Uma forte e refrescante chuva de Primavera, com trovões e relâmpagos, batia contra a casa quando nos sentámos para a sessão. Muito revigorante, para usar uma frase. Estava quente. Como disse à Jane várias vezes ultimamente, a chuva renovadora fez-me lembrar mais uma vez das maravilhas da natureza, e pensei mais uma vez em viver uma vida natural ao ar livre, no ambiente de bosques e elementos, no Verão e no Inverno. Talvez o tenha feito numa vida ou noutra. Mas muitas vezes sinto esses estímulos nas minhas caminhadas noturnas pelas ruas montanhosas e sombreadas vizinhas à nossa Pinnacle Road.

(A Jane estava bastante nervosa antes da sessão, como costuma ficar depois de uma pausa prolongada).

Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

"Agora: a aranha tece a sua teia, e a teia da aranha é uma combinação de arte, artesanato, estética e utilidade.

A teia é uma obra de arte, o lar da aranha e também a fonte do seu alimento. Embora possa parecer à tua consciência que uma teia de aranha é igual a qualquer outra, isso não é verdade, claro, no mundo das aranhas. Todas as criaturas, independentemente do grau, têm a sua própria apreciação da estética. Elas possuem a capacidade de apreciar o comportamento estético.

Muitas dessas criaturas mesclam as suas artes com tanta perfeição nas suas vidas que é impossível separar as duas: o ninho da abelha, por exemplo, a represa do castor — e há uma infinidade de outros exemplos. Isso não é um "comportamento instintivo cego", mas o resultado de uma arte espontânea bem ordenada. É tolice dizer que a teia de aranha é menos

uma obra de arte porque a teia não pode ser formada de outra forma por uma aranha, já que, por um lado, as diferenças nas teias individuais não são óbvias para ti, apenas para as aranhas.

As variações são de facto tão artisticamente planeadas e tão minuciosamente construídas que escapam à tua perceção. Terei mais a dizer a esse respeito e também sobre a tua pergunta a respeito da gaivota, mas por agora quero fazer algumas conexões específicas.

A arte não é um empreendimento especificamente humano, embora o homem goste de acreditar que seja assim, e nenhum cientista concederá a uma aranha ou a uma abelha qualquer senso de apreciação estética, certamente; portanto, o que temos é arte nas suas manifestações humanas, e a arte é, acima de tudo, uma característica natural.

Tento ir além das vossas definições, mas as flores, por exemplo, de certa forma veem-se como as suas próprias criações artísticas *(enfaticamente)*. Elas têm uma apreciação estética das suas próprias cores — um tipo diferente, claro, da tua perceção de cor. Mas a natureza procura superar-se a si mesma em termos que são basicamente artísticos, mesmo que esses termos também possam incluir propósitos bastante utilitários.

O homem natural, portanto, é um artista natural. As crianças desenham, brincam com imagens, com a linguagem, com os sons das suas vozes de forma criativa e artística. O homem natural, a pessoa natural, sabe que a arte proporciona o seu próprio senso de poder criativo. De certa forma, não faz diferença quantas outras crianças já desenharam círculos ou triângulos com grande alegria e curiosidade, bastante surpreendidas com o seu próprio poder de fazer isso. Elas podem ter visto círculos ou triângulos inúmeras vezes, mas o primeiro círculo desenhado é sempre original para o desenhador e sempre traz uma sensação de poder."

"Em certo sentido, a pintura é a tentativa natural do homem de criar uma interpretação original, mas coerente, mental e física da sua própria realidade e, por extensão, de criar uma nova versão da realidade para a sua espécie. É tão natural para o homem pintar como é para a aranha tecer a sua teia. No entanto, a aranha tem o seu próprio tipo de confiança e uma organização diferente na qual opera. A aranha não se pergunta: 'A minha teia é tão bonita como a do meu vizinho, tão significativa? É a melhor teia que posso construir?' Ela certamente não fica a pensar e sem teia enquanto contempla os erros que poderá cometer.

Em vez disso, ela concentra as suas capacidades no assunto em questão — bastante fácil, pode-se dizer, para a aranha, mas não tão fácil para o homem. O facto é que, obviamente, da forma mais básica, o homem — o homem natural — possui essa espontaneidade fina, aguçada, e essa confiança interior.

(21h23) De certa forma, agora, a mão do artista pode ser mais sábia do que a sua mente questionadora, certamente se essa mente aprender a usar o seu intelecto de forma demasiado intrusiva. Voltaremos a esse assunto em breve e passaremos para uma conversa da noite passada.

Se ouvisses as tuas próprias conversas de vez em quando — se me perdoas — com um ouvido objetivo, poderiam, muitas vezes, encurtar alguns dos vossos problemas ou cortá-los pela raiz. *(Para mim:)* Estavas a falar com o teu convidado John com alguma evidência de insatisfação na voz, alguma acusação pesoal, alguma irritação, a perguntar-te por que, quando jovem, não fizeste maiores avanços na tua arte. Perguntaste por que, na tua idade, não tinhas progredido mais na tua pintura e, literalmente, por que não sabias o que sabes agora há 20 ou 30 anos.

Essas ideias estão na tua mente há algum tempo e automaticamente prejudicam a tua espontaneidade criativa. Existem todos os tipos de desenvolvimento artístico, é claro, alguns mais do que outros diretamente relacionados com o jogo da própria vida sobre a capacidade artística, portanto, de modo geral, agora, há certos tipos de desenvolvimento que, no teu mundo, exigem o encontro da personalidade com anos de experiência. Essa experiência torna-se o ingrediente, às vezes invisível, da arte.

Desenvolvimentos dessa natureza não chegam aos jovens. É claro que outros tipos de expressão artística surgem. As pessoas criativas têm, mais do que a maioria, um senso interior da direção da sua vida, mesmo que sejam ensinadas a ignorá-lo. *(Com diversão:)* Conheço uma pessoa que diz ao Ruburt para confiar nas suas capacidades. Um conselho muito bom — mas essa pessoa nem sempre confia nas suas próprias capacidades *(mais alto).*

As tuas capacidades artísticas sabem o que estão a fazer. Não és ensinado a entender a criatividade, claro. Não te ensinam a conviver com ela. Se estudares matemática, há um curso prescrito. Há certos "factos" específicos para aprender. Um bom matemático pode continuar a ser um bom matemático e, ao mesmo tempo, estar bastante afastado de muitos dos

valores maiores da vida. O artista pega nas qualidades da própria vida e transforma-as num tipo de realidade estética rarefeita.

Cada uma dessas visões é única, portanto, não há guias reais, e cada artista escolhe as maneiras pelas quais a vida e a arte se inter-relacionarão, por assim dizer. O processo é natural e acontece espontaneamente quando permites.

Embora algumas artes de facto exijam uma boa quantidade de experiência no tempo, a fonte dessa arte é, por si só, intemporal. Não se pode colocar especificações sobre ela, dizendo: 'Na idade de fulano, a minha arte deve ser assim e assado', pois não há esse tipo de correlação. Quando parece haver, muitos outros factores também estão a atuar.

O Picasso, por exemplo, tinha uma confiança suprema na sua capacidade. Ele também estava bastante satisfeito em continuar a ser uma criança de coração. Não estou a fazer julgamentos de valor, pois cada indivíduo tem os seus próprios objetivos, e as suas capacidades exclusivas estão tão intimamente ligadas às suas próprias características que não faz sentido fazer esse tipo de comparação — mas o Picasso, por exemplo, era alheio ao pensamento profundo.

Quando diminuis as tuas capacidades, quando comparas o que consideras o teu impulso desfavoravelmente com o que consideras o impulso superior dos outros, estás a negar a integridade da tua própria individualidade natural e a roubar às tuas capacidades as suas próprias bênçãos.

Faz uma breve pausa.

(21h45. "Estou muito feliz por estar de volta às sessões", disse a Jane. "Fico nervosa para caramba quando estou longe delas — mais de uma semana ou mais, quero dizer. Mas eu simplesmente não me senti bem…." Eu disse-lhe que a sessão estava realmente excelente. Retomou às 21h50).

Estás ainda a aprender. O teu trabalho ainda está em desenvolvimento. Como ficarias verdadeiramente infeliz *(mais alto)* se isso não fosse o caso. Há sempre um tipo de insatisfação artística que qualquer artista sente, qualquer artista verdadeiro, com o trabalho concluído — pois o verdadeiro artista está sempre consciente da diferença entre o ideal sentido e a sua realização criada — mas essa é a dimensão na qual o artista tem o seu ser *(atentamente).* Essa é a atmosfera na qual o seu trabalho mental e físico é

realizado, pois ele sempre sente o puxão e a tensão entre o ideal sentido e a sua manifestação.

Se tens um problema matemático, por exemplo, em geometria, resolve-lo de uma maneira específica. Acrescentas QED no final e trabalhas com etapas prescritas ao longo do caminho. Mas o problema criativo nunca é totalmente declarado: ele é sentido ou pressentido. É experimentado psicologicamente como um estado de tensão. Refiro-me a uma tensão criativa, mas que, é claro, até certo ponto, também é um estado de stress, um stress criativo.

Portanto, de certa forma, o artista está 'à procura de uma solução criativa para um problema ou desafio sentido, mas nunca claramente definido', e isso envolve-o numa aventura artística. É uma aventura que é literalmente interminável — e deve ser uma aventura que não tenha um destino claramente definido, em termos usuais *(atentamente).* Da forma mais básica, o artista não pode dizer para onde está a ir, pois se souber com antecedência, não estará a criar, mas a copiar ou a seguir uma série de etapas prescritas, como um matemático.

Agora, o matemático pode esperar um emprego mais bem remunerado. Se for brilhante, poderá receber a aclamação dos seus colegas, mas o artista, independentemente de ser aclamado ou não, ainda precisa de estar sempre frente a frente com esse desafio criativo. E se for aclamado por um trabalho que sabe estar abaixo das suas capacidades, não encontrará prazer na aclamação.

O verdadeiro artista está envolvido com o funcionamento interno de si mesmo com o universo — uma escolha, lembro-vos, que ele ou ela fez — e, muitas vezes, o artista de facto abandona os caminhos reconhecidos de reconhecimento, e mais, vendo isso, ele muitas vezes não sabe como avaliar o seu próprio progresso, já que a sua jornada não tem um destino criativo reconhecível.

Quando pensas 'eu deveria ser assim e assado ao longo do caminho', e assim por diante, ou quando olhas para o passado e pensas que as capacidades que tinhas naquela época deveriam ter amadurecido muito mais cedo na tua vida, estás a fazer isso através de uma estrutura do teu presente. Estás a olhar para uma pessoa que existe agora na tua imaginação. Certas partes dessa pessoa, como sabes, teriam ficado satisfeitas em desenhar histórias em quadradinhos ou fazer certos tipos de trabalho comercial. Essa pessoa estava comprometida com o amor pelo desenho,

mas não com uma vida de arte. Essa mente tinha potencial, mas, naquele momento, um potencial bastante subdesenvolvido, à espera de florescer se lhe fosse permitido. Há muitos pintores que estão bastante satisfeitos consigo mesmos — bastante contentes. O seu trabalho é bastante medíocre, mas eles estão satisfeitos. Eles perderam a tensão entre o ideal e a sua manifestação. Ela tornou-se frouxa.

O homem natural tem um corpo. Quando te agrides pela forma como achas que lidaste ou não lidaste com as tuas capacidades artísticas naturais, estás a agredir o homem natural. Quando te agrides, estás a agredir o homem natural. Estás a desaprovar as tuas características naturais, como se um animal tivesse aversão ou insatisfação com a sua própria cor. Ficas irritado com a tensão espontânea e natural que faz parte do teu ser artístico — e essa tensão traduz-se fisicamente no corpo.

Estamos de volta à reprovação pessoal, é claro, mas quero que entendas que, embora a reprovação pessoal seja um problema para a maioria das pessoas na tua sociedade, ela é um problema especialmente para o artista, porque é o artista que deve confiar em si mesmo acima de tudo — e é o artista que muitas vezes não tem outra aprovação com que contar.

Agora, o Ruburt está a fazer a mesma coisa, claro, e muitas vezes é mais fácil para um de vós perceber quando o outro está envolvido em tal comportamento do que perceber quando é consigo mesmo. Será de grande ajuda, portanto, se cada um de vós reforçar o senso de aprovação pessoal do outro, especialmente no que diz respeito às vossas capacidades artísticas e psíquicas. Caso contrário, terás sempre mais dificuldades. Por natureza, a arte destina-se basicamente a colocar cada artista, de qualquer tipo, em harmonia com o universo, pois o artista utiliza a mesma energia criativa da qual emerge o nascimento.

Quando confias nas tuas capacidades, permites que elas, através da tua expressão, encontrem a sua própria reconciliação criativa, pois o produto criativo é de facto uma reconciliação entre o ideal sentido e a realidade do mundo. É muito importante, então, que mantenham um bom contato emocional um com o outro e, quando cada um estiver a sentir essas insatisfações, que as expressem. Dessa forma, estarão à vista de todos e poderão ser geridas com muito mais facilidade.

Tens alguma dúvida?

(Sorri para o Seth enquanto ele me olhava fixamente e depois balancei a cabeça. Eu já tinha bastante em que pensar por esta noite. "Não.")

"Então desejo-te uma boa noite com muito carinho."

("Muito obrigado.")

Tenta lembrar-te — e o Ruburt também — de um senso de liberdade na tua criatividade. Faz com que o Ruburt brinque com as suas ideias e com as ideias do meu livro, e não exagere na ideia de responsabilidade, principalmente no que diz respeito aos meus livros. As sessões de leitura devem ser de facto divertidas, tal como as crianças se divertem com a sua criatividade.

Uma observação: Além das imagens dos teus sonhos e assim por diante, que são de facto uma excelente ideia, tens aqui vantagens que o jovem de 20 ou 30 anos atrás invejaria: ele teria ficado encantado com as varandas com rede. Ele teria pensado que pelo menos uma delas seria perfeita para um estúdio de Verão. Ter uma casa com varandas com rede em meio a árvores — que vantagem! Ele teria encontrado uma forma de as usar no Verão. Teria havido então uma interação entre a atividade dos sonhos e as imagens físicas de natureza única.

Simplesmente uma sugestão, já que tens estado tão preocupado com as capacidades desse jovem. Fim da sessão.

("Ok. Muito obrigado.")

(22h20) "Muito bem, Bob, estou a fazer uma declaração de intenções", disse a Jane assim que saiu do transe. "Estou de volta às sessões. Eu estava nervosa antes desta, e vou preparar a última sessão de livros antes da próxima segunda-feira."

(É sexta-feira à noite quando termino de digitar esta sessão. Ontem senti-me melhor — com a sessão meio digitada — do que há algum tempo. Também pintei melhor. Hoje senti-me quase tão bem, mas lembrei-me do conteúdo da sessão, o que sempre ajuda. Também comecei a terminar uma pintura com uma determinação nova e livre, a trabalhar com muito mais facilidade do que vinha a fazer. Acho que os resultados podem ser bons e certamente apontam o caminho para o que quero realizar com os meus "retratos". Estou a sentir-me muito bem em relação ao empreendimento de pintura agora e vou tentar manter as coisas em equilíbrio. Acho que a sessão é brilhante, a Jane não precisava de se preocupar).

SESSÃO 917 (PARTE APAGADA)

21 de Maio de 1980

(O material a seguir foi extraído da 917ª sessão).

Vamos chamar isto de uma carta para o Frank, embora esperemos que possa ser útil para outras pessoas que eu conheço *(divertido).*

Quando aprendeste a escrever na escola, tiveste de aprender a formar as letras. Cometeste muitos erros. Finalmente, porém, conseguiste formar as letras com bastante facilidade. Sentiste-te triunfante. Esqueceste-te dos erros que tinhas cometido no passado. Tinhas conquistado algo.

Em seguida, foste informado de que devias juntar as letras para formar palavras. Novamente, cometeste muitos erros e esqueceste-os, pois, com prazer, agora escrevias palavras separadas. Depois, foi solicitado que colocasses as palavras em frases, e seguiste o mesmo procedimento. Esqueceste os teus erros. Eras estúpido ou tolo — ou um idiota — quando só conseguias formar letras simples? Obviamente que não. As tuas aspirações e a tua curiosidade continuaram a levar-te a um desenvolvimento mais completo, até que finalmente conseguiste ler e escrever parágrafos inteiros.

Não apenas podias copiar frases, mas — um desenvolvimento importante — podias formar as tuas próprias frases e exprimir os teus próprios pensamentos dessa forma.

Todos esses foram estágios de desenvolvimento, então, e o mesmo se aplica à tua vida. Os teus supostos erros existem como erros apenas à luz das tuas aspirações de ter um desempenho melhor, de exprimir experiências mais plenamente desenvolvidas, em vez de escrever frases melhores.

Portanto, é contraproducente culpar-te por erros, assim chamados, simplesmente porque, à luz do teu desenvolvimento atual, eles são vistos como atos menos desenvolvidos do que aqueles aos quais aspiras agora. Sempre que te apanhares a reprovar-te por erros do passado, lê estas passagens. Não fiques a controlar-te o tempo todo. Confia que aprenderás o que desejas aprender tão automaticamente quanto aprendeste a ler ou a falar, ou tão automaticamente quanto pensas.

Na tua esfera de realidade, os erros fazem parte do processo de aprendizagem. Eles nem sequer parecem ser erros até que estejas "no próximo nível" de desenvolvimento, ou um degrau acima na tua compreensão — como quando, por exemplo, na sexta classe, olhaste para

trás e viste uma página com as tuas próprias letras infantis feitas aos cinco anos de idade.

Sei que às vezes é difícil de entender, mas até mesmo os teus chamados erros têm muitos resultados benéficos de longo alcance que não aparecem de forma isolada. Eles podem aumentar a tua compreensão de ti mesmo e dos outros. Podem ser aplicados de forma benéfica em áreas totalmente diferentes da tua vida — portanto, pára de te desaprovar pelos teus "erros".

Tenta estabelecer os teus objetivos e confia que os impulsos adequados virão até ti para os realizar e que os outros estarão dispostos na tua direção, pelos seus próprios motivos. Enquanto isso, tenta viver no presente o máximo possível.

Não te subestimes nem te supervalorizes. E sabe que, na tua própria singularidade, esses julgamentos não têm lugar.

SESSÕES 921 E 922 (PARTES APAGADAS)

8 e 13 de Outubro de 1980

(Aqui está o material particular que o Seth deu para a Jane nas duas últimas sessões):

(Da sessão 921 de 8 de Outubro:)

Diz ao Ruburt para relaxar, incentivar e confiar no seu corpo quando ele estiver a passar por tantas mudanças, pois todas elas são para melhor.

(Da sessão 922 de 13 de Outubro:)

Diz ao Ruburt para trocar as almofadas com mais frequência.

SESSÃO 926 (PARTE APAGADA)

3 de Novembro de 1980

(O material a seguir é da 926ª sessão).

(22h20)

Fim da sessão e uma boa noite.

("Posso fazer uma pergunta?")

Podes.

("Como está o Ruburt?")

O Ruburt não queria que fizesses essa pergunta. É como disse antes, e a sessão é para vos ajudar a confiar nos vossos próprios processos, já que conscientemente ele não pode conhecer todos os inúmeros acontecimentos do corpo. Ultimamente, quando se deita e não há pressão, as suas ancas, articulações da anca e isquiotibiais começaram a fazer novos ajustes que, até certo ponto, são desconfortáveis — mas como isso o assusta, o desconforto é maior do que seria de outra forma. Ele fica tenso, por exemplo.

No entanto, ele notou que, quase imediatamente depois, os seus braços ficaram mais livres e que deu alguns passos *(apontando para o sofá)* com o peso melhor distribuído, apesar de estar curvado, e, portanto, fez um bom esforço para entender. No entanto, ele ainda precisa de se lembrar com mais frequência de confiar nos processos do corpo, e a tua ajuda é inestimável nesse sentido.

Também está a ser feito um trabalho nos joelhos, portanto, na verdade, os bons resultados iniciais estão a aparecer nos joelhos, pés e braços. Entretanto, ele deve de facto ler as sessões do último grupo — uma ou duas por dia. Se o ouvires incomodado durante a noite, uma palavra de conforto fá-lo-á sentir-se menos isolado. Mudar a posição de uma das suas mesas ou algo do género também pode ajudar na prática, simplesmente porque isso quebra os padrões de postura, o que é aconselhável nesta situação.

Fim da sessão.

("Obrigado.")

Um carinhoso boa noite.

("Boa noite.")

("Eu sei que fizeste a pergunta", disse a Jane. "Não precisas de escrever isto, mas eu fico meio zangada com o Seth quando não me sinto bem. Acho que penso: por que é que ele não diz nada para me ajudar? — Não vou pedir ao Bob para perguntar." Ela riu. "Algo assim.")

SESSÃO 927 (PARTE APAGADA)

10 de Novembro de 1980

(O material a seguir é da 927ª sessão).

(A Jane continua a ser incomodada consideravelmente nos braços, pernas, joelhos, costas, etc., especialmente à noite, quando tenta dormir. Tem-se sentido muito desconfortável a maior parte do tempo. Tenho deixado que ela durma de manhã, que parece ser o momento de descanso mais tranquilo para ela. Às vezes, à noite, acordo-a quando ela está sentada e massajo-a, o que parece ajudar, mas as sensações desagradáveis geralmente voltam.

(Essas mudanças corporais gerais vêm a ocorrer há mais de um mês e ela percebe que são coisas positivas; eu disse-lhe esta noite que os braços dela estão definitivamente mais direitos, por exemplo. E hoje à tarde, "de forma intermitente por quase uma hora", a sua visão melhorou notavelmente enquanto trabalhava na sua secretária: "O texto começou a ficar cada vez maior e maior e maior". Ultimamente, ela não tem caminhado com frequência com a sua mesa de digitação, mas a sua caminhada da cadeira até ao sofá melhorou muito — mais firme e equilibrada, embora ainda esteja curvada. Sugeri que a sessão de hoje fosse sobre ela. "Ele só vai dizer as mesmas coisas", disse ela. No entanto,...)

Agora, o corpo do Ruburt está a tentar endireitar-se. Quando ele se deita, está a tentar endireitar-se. Os padrões nervosos estão a ser reativados, os padrões de circulação reforçados, os músculos contraem-se e expandem-se nos seus próprios exercícios, neste exato momento, numa comoção corporal concentrada e bastante intensificada. *(Pausa.)*

Estás habituado a pensar em qualquer comoção corporal como algo perturbador e a colocá-la sob a pior luz possível, porque as tuas origens deram-te pouca experiência em tais situações — tu, o Ruburt ou qualquer outra pessoa, principalmente na vossa cultura. Depois disso, porém, o Ruburt sente certas libertações. Os seus passos ao lado do sofá são *(sublinhado)* mais firmes. As suas costas começam a arquear-se mais naturalmente. É muito importante que ele compreenda e confie nessas ocorrências. Às vezes, sente-se isolado e assustado nestas condições. Podes ajudá-lo apenas falando com ele ou massajando-o. Ele pode ajudar-se

lembrando-se do que estou a dizer, exercitando-se suavemente nesses momentos e lembrando-se dos processos milagrosos dentro do corpo que, de facto, o estão a apoiar.

Ele também está a desenvolver algumas ideias excelentes por conta própria. Fim da sessão, uma boa noite.

("Obrigado. Boa noite, Seth.")

(22h20. "Jesus, eu devia entrar em transe com mais frequência", riu a Jane. "Eu não estava consciente de como estava sentada nem nada. Estava mais confortável do que em todo o dia… Na verdade, saí-me bem esta manhã.")

SESSÃO 928 (PARTE APAGADA)

12 de Novembro de 1980

(O material a seguir é da 928ª sessão).

Ora bem: A condição do Ruburt é a mesma que apresentei da última vez, e é muito importante que tenham isso em mente: a agitação corporal é muito benéfica. É uma evidência da aceleração do processo de cura.

Fim da sessão. Os meus mais sinceros cumprimentos e uma boa noite.

("Obrigado, Seth. Boa noite.")

SESSÃO APAGADA

19 de Novembro de 1980

(A Jane não realizou nenhuma sessão na noite da última segunda-feira porque estava muito relaxada e "fora de si", como tem acontecido com frequência ultimamente, devido às inúmeras mudanças que ainda estão a ocorrer no seu corpo. De facto, ela sentiu-se da mesma forma esta noite, mas decidiu tentar uma sessão quando lhe sugeri que pedisse algo sobre si mesma. "Mas não suporto nada que seja muito carregado sobre mim", disse ela várias vezes.

(Observações: Hoje, a Jane ligou para a Tam sobre os contínuos problemas com a isenção de responsabilidade do Manifestações em Massa e ficou a saber de várias coisas importantes — entre elas, que o departamento jurídico está agora "a redigir" uma carta para nós, explicando a sua posição sobre o assunto. Também foram discutidos os memorandos que o departamento jurídico tem enviado à direção da

Prentice-Hall. Muitos deles são depreciativos; agora planeamos pedir à Tam os nomes dos membros individuais da direção e queremos aprender como escrever para eles para garantir que recebam pessoalmente as nossas mensagens. Gostaríamos de, eventualmente, contar a nossa versão da história e ressentimo-nos de estar a ser tratados como crianças nesse ínterim. De acordo com a Tam, não deveríamos saber nada sobre grande parte do que ele nos tem contado sobre a confusão em relação à isenção de responsabilidade).

(Tudo isto começou quando, na pausa desta manhã, perguntei à Jane se ela conhecia os seus verdadeiros sentimentos sobre o caso do Manifestações em Massa. Tivemos uma longa conversa que, finalmente, ajudou a esclarecer muitas coisas para nós. Iniciei a conversa por causa de algumas perguntas que tinha sobre o nosso relacionamento com a Prentice-Hall. Nós os dois estamos em conflito entre lançar os livros do Seth, sem nos importarmos com qualquer isenção de responsabilidade, e, por outro lado, dizer não à isenção de responsabilidade e deixar as coisas acontecerem, para usar uma expressão. É claro que não queremos ser processados, pois o departamento jurídico teme que isso aconteça. Pessoalmente, fico muito ressentido com as conotações negativas que agora estão associadas ao Manifestações em Massa; se o material tiver alguma validade, isso aconteceu e seria percebido pelos leitores, mesmo que contrabalançado por outros sentimentos positivos. O facto de tais ideias não ocorrerem a entidades como os departamentos jurídicos — ou mesmo os editoriais — da Prentice-Hall mostra, creio eu, o grande fosso que existe entre as nossas próprias visões da vida e as deles. É maior do que eu pensava.

(Suponho que não saibamos qual será a nossa resposta à missiva do departamento jurídico. O meu melhor palpite neste momento é que a isenção de responsabilidade não tem importância alguma, mas a ideia dela não é um bom presságio para o futuro, receio, e aí pode estar o verdadeiro problema. A Jane tem O Deus da Jane e o seu livro de poesia em andamento, e ambos envolvem o Manifestações em Massa, ou material contido nele. Queremos que esses livros sejam publicados. Um ponto de corte será atingido depois que esses três livros forem concluídos; então estaremos livres para tentar outra coisa, se quisermos.

(16 de Novembro de 1980 — A Jane desiste de caminhar com a mesa de digitação. Consulte Sessão Privada em 2 de Junho de 1981. Veja

também Sessão Privada em 1 de Dezembro de 1981 — A Jane não anda há treze meses.)

(Juntamente com tudo isto está o artigo em três partes que estamos a ler na The New Yorker sobre as dificuldades da publicação nos dias de hoje; as grandes somas envolvidas, os livros tratados como "produtos", etc. De acordo com essas informações, estamos tão distantes de tudo isso, de forma significativa, que nos sentimos bastante inadequados. Por outro lado, não esquecemos o material recente do Seth sobre a nossa proteção — e eu realmente acho que isso é verdade. No entanto, às vezes é preciso fazer um esforço para manter isso em mente. Isso também dificultou bastante o meu entusiasmo para voltar a trabalhar nas anotações do livro Sonhos. Eu tinha acabado de entrar bem nesse projeto quando a questão da isenção de responsabilidade começou com o Manifestações em Massa — parece que foi há meses; na verdade, este pode ser o terceiro mês após a interrupção, uma incrível lacuna na criatividade, pela qual culpo a Prentice, sem dúvida.

(Além de tudo isto, recebemos da Prentice-Hall, na segunda-feira, os contratos revistos do filme Oversoul Seven e agora precisamos de falar com o Bill Danaher novamente sobre o novo reconhecimento de assinatura, etc.)

Ora bem...*(Sussurrado:)*

("Boa noite.")

Algumas observações. *(Pausa.)* O corpo é composto por órgãos, partes físicas, matéria viva — mas o corpo também é composto por processos, relações que existem em todos os níveis entre várias partes do corpo e entre o corpo e o seu ambiente. Todos os processos da natureza são inteligentes. Podem envolver um tipo de consciência e inteligência diferente da tua. Mas não existem processos não inteligentes. *(Pausa.)* Não há processos fechados. Não há processo que não esteja, de uma forma ou de outra, relacionado com outros. De certa forma, qualquer processo natural traz em si a existência implícita de todos os outros. Nesse sentido, o corpo é um conjunto altamente energizado de processos inteligentes.

Isso inclui processos emocionais, é claro, mentais, emocionais e a constante transformação de energia de uma forma para outra. O teu estômago não sabe ler. No entanto, o que lês é, de uma forma ou de outra, traduzido noutros termos, de modo que, por exemplo, o teu estômago reage

à sua maneira ao material de leitura, pois a informação visual é traduzida noutros termos.

Existem padrões completos de atividades energéticas inter-relacionadas que determinam o fluxo de energia geral, digamos, através do corpo, e muitas outras relações que permanecem, digamos, clinicamente insuspeitas. De certa forma, como eu disse antes, sois altamente ignorantes sobre a atividade dos vossos próprios corpos e fostes ensinados a suspeitar das vossas próprias sensações corporais. Padrões e caminhos de energia estão a ser reabertos e reativados no corpo do Ruburt. Isto aplica-se a todo o corpo e também é responsável pelas sensações nas pernas e nas ancas.

(22h00) Ele está certo em pensar que essas sensações começam cerca de 20 minutos depois de se deitar, em geral, quando os músculos começam a relaxar gradualmente. Eles relaxam mais do que a posição habitual na cadeira permite, começam a esticar-se e pedem mais circulação, que recebem. As articulações ficam mais lubrificadas. Ao mesmo tempo, do ponto de vista dele, essa é uma intensificação bastante repentina da sensação. A relação entre os joelhos e as ancas começa a mudar, exigindo também maior atividade da coluna e das costas, de modo que, às vezes, ele sente-se puxado em várias direções ao mesmo tempo.

Acrescenta a isso o facto de ele estar a aprender a confiar no seu corpo *(pausa),* mas às vezes ainda ser assediado por dúvidas, e a sua dificuldade está explicada. Devo lembrar-vos de enfatizar, novamente, as flexibilidades que estão a ocorrer e que, aliás, às vezes são evidentes quase imediatamente após esses episódios — pois a confiança dele aumenta à medida que se permitem concentrar nas novas evidências.

O mesmo se aplica aos passos do Ruburt ali *(da cadeira para o sofá).* Há, de facto — embora numa posição curvada — uma melhoria considerável e coordenação no andar, no que diz respeito às pernas e aos braços. Isso ainda não aparece quando ele tenta andar numa posição mais direita, mas a melhoria na amplitude dos braços também o ajudará nisso. O principal, novamente, é que a confiança pessoal do Ruburt no corpo seja reforçada por ele mesmo através de tais lembretes e pela tua própria segurança. Uma grande quantidade de energia está envolvida. Essa energia significa ação, é claro.

(Pausa.) De maneiras realmente difíceis de descrever, os vossos processos corporais e o que consideras como, digamos, eventos culturais ou nacionais, estão altamente conectados e fazem parte uns dos outros. De

facto, os eventos também são processos, parcialmente físicos e parcialmente não físicos.

(Longa pausa.) É como se pedaços e peças de todo e qualquer evento provável existissem em forma de puzzle nas mentes dos homens, nas consciências das plantas e de todas as coisas naturais, à espera de serem reunidos — e cada consciência individual tem a sua parte a desempenhar na direção de quais desses eventos ocorrem ou não — mas os processos envolvidos na formação desses eventos estão ocultos da mente consciente.

Há certos eventos físicos internos que podem acontecer no corpo do Ruburt para o ajudar a mover-se mais naturalmente, mas ele não pode compreender conscientemente cada mudança que deve ocorrer e, quando visto dessa forma, todo o exercício parece tão complicado que é quase impossível. Para o corpo, no entanto, esse é o tipo de ação natural em que ele está sempre envolvido, pois reconstrói-se constantemente, mantém a vida e envolve o corpo num trabalho para o qual está de facto altamente equipado.

Sob esse prisma, também não há motivo para ter medo do conhecimento do corpo. Ele é parte da tua herança natural. Se começasses a concentrar-te na importância da natureza do pensamento, a preocupar-te excessivamente com os processos envolvidos no pensamento ou no raciocínio, então a tua preocupação consciente faria com que esses processos parecessem ainda mais complicados, enquanto que, em vez disso, é fácil ver que esses processos estão naturalmente equipados para lidar com as suas próprias tarefas com notável facilidade. O corpo do Ruburt também está equipado dessa forma para realizar as suas funções de cura."

(Longa pausa.)

"Entretanto, não recebeste nenhuma diretriz que te permita confiar nessas capacidades de cura a partir da tua sociedade, de modo que ainda estás na posição de abandonar hábitos negativos, medos do corpo e assim por diante, acumulados ao longo de anos de mal-entendidos. Provavelmente teremos mais a dizer sobre os processos no nosso próximo ditado de livro.

Estás protegido. Quando sabem que estão, podem evitar períodos consideráveis de stress e tensão, pois percebem que não estão à mercê de outras pessoas ou das suas ações. Quando pensam que estão em tal posição, reagem de forma ameaçadora e acabam por dar-lhes um poder que não

possuem naturalmente. Tenho a certeza de que sabem em que áreas das vossas vidas este material pode ser útil.

Fim da sessão, uma carinhosa boa noite.

("O mesmo para ti. Boa noite.")

(Mais uma vez, depois de uma sessão, a Jane riu: "Eu devia fazer isto com mais frequência. Eu não estava consciente de nada — as minhas pernas, as minhas ancas, os meus joelhos.")

SESSÃO APAGADA

1 de Dezembro de 1980

(Ainda estamos no processo de revisão do manuscrito copiado de The God of Jane, embora estejamos a chegar ao fim desse trabalho. Hoje, a Jane disse-me que achava que o Seth falaria sobre o famoso — ou infame — aviso de isenção de responsabilidade que a Prentice-Hall quer anexar ao Mass Events. Recebemos uma carta formal sobre isso do departamento jurídico da Prentice-Hall na última sexta-feira; hoje, a Jane estava "a captar" o assunto. Não lhe perguntei o que tinha aprendido; achei melhor obter o material numa sessão, se possível. Pouco antes da sessão, a Jane disse que achava que o Seth era "bastante arrogante" na sua atitude e que a minha não era muito melhor. Ela estava só a brincar — mais ou menos.

(Às 20h52: "Eu meio que o sinto por perto, mas acho que não vai demorar muito." A Jane ficou tentada a deixar a sessão de lado e continuar a trabalhar no God of Jane, mas eu lembrei-lhe que poderia usar as informações do Seth sobre a isenção de responsabilidade na nossa resposta ao departamento jurídico da Prentice-Hall. A esta altura, já sabíamos que estávamos conformados com a inserção da isenção de responsabilidade no Mass Events, mas queríamos dar a nossa opinião — em parte por frustração e em parte por autoprotecção, já que não acreditávamos em tudo o que o departamento jurídico nos tinha dito; queríamos que soubessem que entendíamos os subterfúgios envolvidos.

(A Jane não estava a sentir-se muito bem antes da sessão, devido a todas as mudanças corporais que ainda estavam a ocorrer, mas saiu-se bem quando começou a sessão).

Ora bem.

("Boa noite, Seth.")

O Ruburt perguntou outro dia qual seria a minha atitude em relação à famosa isenção de responsabilidade, e comecei a contar-lhe. Eu pretendia mencionar o caso novamente, de qualquer forma, mas mais uma vez lembro-me de que muitos factos são evidentes para mim, enquanto que para ti são altamente questionáveis — e, portanto, as tuas atitudes estão fadadas a serem cobertas de formas que as minhas não são. *(Suavemente:)* A tua existência está protegida, as tuas obras estão protegidas. Essas afirmações são evidentes para mim, enquanto tu, é claro, ainda estás no processo de pensar nelas e de tentar encaixá-las no contexto da vida como a conheces. Nesse sentido, é claro que as nossas atitudes seriam diferentes.

De qualquer forma, quando estavas a trabalhar pela primeira vez com os Quadros 1 e 2, viste muitos exemplos das atividades do Quadro 2, à medida que elas se chocavam com a tua realidade, e ficaste bastante satisfeito. As tuas experiências de vida muitas vezes deram-te pistas de uma forma ou de outra que acrescentaram ao material temático.

Agora: qualquer isenção de responsabilidade não me insultaria. Toda a ideia da isenção de responsabilidade é um exemplo vivo do material temático do livro. Ela mostra os elementos da sociedade que criticamos em ação. Torna-se quase uma extensão externa do próprio livro. Certamente, mostra por que as ideias do livro são tão importantes neste momento. Considero essa isenção de responsabilidade como um caso ligeiramente divertido: um exemplo vivo — quase como se, de facto, tivesses solicitado um — uma prova do pudim.

(21h05) Há mais coisas envolvidas. O nosso trabalho foi notado o suficiente para que se considere que ele realmente tem alguns efeitos sobre a tua sociedade. *(Pausa.)* Caso contrário, nenhuma isenção de responsabilidade seria considerada. Isso significa que fizemos incursões, que estamos a atingir as pessoas e que até mesmo o departamento jurídico da Prentice está ciente dos nossos leitores. Em outras palavras, considera-se que os livros têm alguma vida social. *(Pausa.)* Vocês estão, ou nós estamos, certamente a criticar muitos dos aspetos da vossa sociedade. Neste livro em particular (*Manifestações em Massa*) — aspetos honrados e bastante poderosos, e a crítica *(sublinhada)* encontrará a crítica. Ao mesmo tempo, assim como a crítica do livro tem uma boa importância, a isenção de responsabilidade é um exemplo criativo, mais uma vez, da premissa do livro, e também servirá para esse assunto de uma forma que talvez não tenha sido prevista: com a isenção de responsabilidade, o livro pode muito

bem vender mais cópias do que venderia de outra forma *(com humor)*, pois as pessoas ficarão curiosas sobre o que esse volume pode conter que seja tão "perigoso" para o bem público.

Quando percebes que estás realmente protegido, esses problemas são absorvidos ao longo do caminho. Na verdade, eles mudam de carácter, de modo que trabalham em teu benefício e não contra ti. No entanto, é extremamente difícil para mim fazer-te entender claramente o papel que as tuas próprias atitudes desempenham — pois quando as questões chegam perto de ti, tens a velha tendência de culpar a outra parte ou partes pelo que está envolvido.

(Em nossa defesa aqui, desvio-me um pouco para observar que, embora possamos fazer isso ocasionalmente, a Jane e eu certamente não culpamos os outros como costumávamos fazer, ou como ainda vemos outros fazerem. Em outras palavras, a nossa incidência é bem menor. Mesmo quando nos apanhamos a fazer isso, sempre, no fundo das nossas mentes, está o conhecimento de que, na verdade, cada um de nós cria a sua própria realidade e, portanto, somos participantes de quaisquer eventos em que possamos estar envolvidos — mesmo aqueles de que não gostamos. Esse conhecimento prévio teve efeitos profundos sobre nós, é claro).

Isso significa que lês o envolvimento de uma determinada forma que parece apenas provar o teu ponto de vista. *(Longa pausa.)* O facto de o livro ter sido alvo de críticas na Prentice não significa que tu ou o livro não estivessem protegidos. *(Pausa.)* A palavra "proteção" nesse contexto é interessante, é claro, já que a isenção de responsabilidade deve proteger a Prentice de qualquer ação judicial. É, na sua forma, uma tentativa de proteção nesse nível. O nível é aquele em que toda proteção preventiva é necessária num mundo em que as pessoas precisam constantemente de seguro, medicina preventiva e assim por diante — novamente, todas as questões tratadas no livro.

(Longa pausa.) A isenção de responsabilidade também é a forma de a Prentice se permitir alguma liberdade temática, sem se envolver em possíveis ações judiciais. A empresa, conforme declarado, é, na sua forma, uma cápsula da vossa sociedade e do vosso clima atual. *(Longa pausa.)* A isenção de responsabilidade não diminui de forma alguma o poder de impacto do livro. Ela apenas consegue enfatizar muitas das questões pertinentes e, à sua maneira, aponta a situação com bastante clareza. Ninguém está seriamente preocupado com a possibilidade de uma pessoa

morrer de uma doença por ter seguido algum dos conselhos dados no livro. Têm medo, até certo ponto, de serem processados por esse motivo, porque eles próprios vivem numa situação mental em que as ameaças estão por toda a parte e em que todas as precauções devem ser tomadas.

(21h26) Os advogados lidam com um mundo de factos limitados e razoavelmente bem estabelecidos. Esses factos podem ser reunidos de forma imaginativa às vezes, mas eles são muito lentos a aceitar a inclusão de qualquer dado novo, e devem ser apoiantes do estabelecimento do qual, é claro, obtêm a sua posição.

Não estou a fazer nenhuma recomendação, mas espero acrescentar às informações que tens em mãos e oferecer outra estrutura a partir da qual possas ver a situação. Os teus sentimentos em relação a isto são tão importantes quanto as tuas ações. É claro que tens todo o direito de os questionar sobre qualquer ponto que desejares. *(Longa pausa.)* No quadro cultural geral *(longa pausa)*, as 'questões psíquicas' já não são tão fáceis de descartar como antes. A curiosidade das pessoas foi despertada e os métodos estabelecidos para obter conhecimento foram considerados menos do que satisfatórios — portanto, de certa forma, a ideia da isenção de responsabilidade é uma espécie de reconhecimento indireto.

Tu e as tuas obras estão protegidos. As vossas vidas estão tão conscientes como deveriam estar. Não cometeram grandes erros nas vossas vidas. Estão a fazer o que é certo para vós. Se aceitarem estas afirmações como verdadeiras, começarão a ter um sentido emocional de retidão convosco mesmos. Abandonarão os hábitos de reprovação pessoal. Podem até aceitar que, intelectualmente, talvez não saibam todos os motivos *(sublinhado)* das vossas próprias ações. Isso não significa que não conheçam os motivos. Talvez eles nunca vos apareçam intelectualmente. No entanto, podem muito bem ser sentidos e compreendidos emocionalmente ou intuitivamente, uma vez que abandonem os hábitos de desaprovação e o constante questionamento intelectual sobre os motivos aparentemente ocultos das vossas ações.

(Pausa às 21h39.) Resumidamente: Mais uma vez, ajuda a garantir ao Ruburt que o corpo dele *(sublinhado)* sabe o que está a fazer. Ele precisa dessa garantia agora. As pernas e toda a parte inferior do corpo estão num estado de constante mudança ultimamente *(há semanas)*, à medida que as pernas e os joelhos começam a ganhar mais movimento. Isso causa todos

os tipos de alterações nos músculos, articulações e assim por diante. O vibrador nessa área *(por baixo das coxas)* será benéfico."

("Posso fazer uma pergunta?")

Podes.

("Ele está a reagir fisicamente a este negócio da isenção de responsabilidade?")

Até ao ponto em que questiona a sua própria proteção natural. Dá-me um momento... Estás também a lidar com duas questões. A pessoa natural — o criador, o artista — no Ruburt quer que o livro seja lançado sem interrupções e pouco se importa com outras questões. A pessoa com conhecimento social não quer ser tomada por tola, quer ser tratada com respeito. Até certo ponto, isto é uma simplificação, é claro. Nada é assim tão simples, mas a explicação serve para esclarecer questões contraditórias. Certamente, todo o assunto deve ser usado de forma criativa.

A arte, incluindo a escrita, é claro — a própria criatividade — está fadada a ser, conforme a passagem de Cézanne *(que chamei a atenção da Jane há algumas semanas)*, por vezes perturbadora. Ela traz à existência o que não existia antes. Reorganiza alguns aspetos do mundo e, na sua forma, é tão brilhante como o olhar límpido de uma criança. Vê a verdade com clareza. Por isso, a arte muitas vezes pode fazer revelações que ofendem os piedosos e os bem-educados.

As próprias passagens do Ruburt (em *Deus da Jane*) sobre o pregador da televisão são um exemplo disso. Perturbaram-no até certo ponto — não por ele mesmo, mas porque ele não queria magoar outras pessoas que acreditavam tanto no dogma que estava a divulgar ao mundo. É muito importante, portanto, que aprendas a confiar na tua própria criatividade e na tua própria visão e permitas que ela se expresse, pois isso sempre levará a uma visão mais satisfatória.

Fim da sessão. A menos que tenhas outra pergunta.

("Não.")

"Então desejo-te uma boa noite."

("O mesmo para ti, Seth. Muito obrigado. Boa noite." 21h54)

SESSÃO APAGADA

8 de Dezembro de 1980

(Após a sessão da última segunda-feira, eu disse à Jane que gostaria de ter feito uma segunda pergunta ao Seth quando ele me deu a oportunidade: estou muito curioso para saber por que sou tão fascinado por aquelas cidades no topo das colinas no centro-sul de Itália, no interior de Nápoles. Li agora que mais de 170 desses povoados, alguns deles datados da época normanda, foram devastados pelo grande terramoto de 23 de Novembro. Esse evento deixou-me fisicamente consciente dessa área de uma nova maneira — especialmente o isolamento e o que considero ser a minha interpretação simbólica de um modo de vida mais simples. Como escrevi nas notas finais da 929ª sessão, lembrei-me mais uma vez dos meus sentimentos reencarnatórios em relação a essas cidades e aldeias. A fantasia também deve estar envolvida.)

("Não tenho dúvidas de que poderei ter uma sessão", disse a Jane enquanto esperávamos o Seth chegar às 21h13, "mas sei que estou muito desconfortável." Ela referia-se às ancas e às pernas — as mesmas áreas que a incomodam muito há várias semanas. Tem dificuldade principalmente em inclinar-se para a frente na cadeira. Continua a ter muita dificuldade para dormir e levantar-se, alternando com períodos de fraqueza, etc.

(Ela também desenvolveu um problema de audição estranho nas últimas semanas. Nos últimos dias, percebi finalmente que muitas vezes não me ouve falar com voz normal — especialmente quando não está a olhar para mim. No início, pensei que o ar seco da casa durante o Inverno fosse o responsável, pois por um tempo achei que eu é que estava com dificuldade para ouvi-la, mas isso não parece ser verdade. Há alguns dias, reduzimos a causa ao facto de, desde que as ancas e as pernas começaram a apresentar problemas, ela tomar dez comprimidos de Bufferin para artrite por dia; isto já dura há mais ou menos um mês e é muito mais do que ela normalmente tomava. A Jane reduziu grande parte da dose — e cortou todo o Bufferin — e a audição dela melhorou em um ou dois dias. E, por alguma razão, também consigo ouvi-la melhor.

(No entanto, a Jane está em meio a um grande desconforto, quer isso represente mudanças de cura a ocorrerem no corpo dela ou não, como o Seth nos diz. Os braços dela estão visivelmente mais longos. Hoje, por duas vezes, tivemos discussões bastante curtas sobre as nossas ideias de

por que os sintomas persistem depois de todos estes anos: nada de novo, infelizmente, embora ela tenha dito que se sentiu melhor depois — antes de se sentir em baixo novamente. Pessoalmente, acho que aprendemos pouco — ou ainda temos muito a aprender. As nossas conversas fizeram com que a Jane se lembrasse de um grupo de sessões particulares que o Seth deu em 1973, então ela deu uma vista de olhos nelas antes de eu sair para ver se ela queria uma sessão hoje à noite. Ela disse que esse material antigo dizia respeito à ética do trabalho e às nossas atitudes em relação a ela.

(Hoje enviei à Prentice-Hall oito cópias da nossa carta ao departamento jurídico, em resposta à carta de 24 de Novembro a explicar a isenção de responsabilidade que querem usar em Mass Events. Senti um grande alívio ao fazê-lo. Depois, esta tarde, o Jack Joyce visitou-nos para ajudar a determinar a nossa estimativa de pagamento de impostos do Estado de Nova Iorque para este ano. Senti um alívio adicional por ter resolvido isso.

(A Jane vacilou várias vezes entre ter e não ter uma sessão, antes de finalmente anunciar que se estava a sentir como o Seth. Eu disse-lhe que achava que precisava de material sobre a condição dela, e que isso era tudo o que me importava).

Boa noite.

("Boa noite, Seth.")

Bem: Sublinha cinco vezes: Sempre que houver dificuldades, não se concentrem no problema. Embora o conselho a seguir seja contrário a todas as ideias aceites pelo senso comum, nesses momentos procurem o que está certo nas vossas vidas, em vez de se preocuparem excessivamente *(sublinhado)* com o que está errado. Caso contrário, o desejo intenso por uma solução pode levar-vos a concentrar tanto no que está errado, que isso se torna a questão principal.

As sessões que o Ruburt leu esta noite — esse grupo — contêm material excelente que, na altura, foi usado para trazer uma compreensão considerável e melhorias na condição dele. Seria bom para vocês os dois relerem e discutirem essas informações, simplesmente para que fiquem expostas de novo. Podem ver o que ainda se aplica ou quais questões acham que já foram esclarecidas.

O material sobre ideias de trabalho relacionadas com o Ruburt ainda tem aplicação. Há muitos anos, a experiência dele com diferentes editores, nos tempos em que publicava contos, levou-o a perceber que uma história

que agradava a um editor podia não agradar a outro — que o trabalho dele seria aceite muito mais facilmente por uns editores do que por outros, e que alguns, ao que parecia, independentemente de cartas longas e entusiásticas, não comprariam nada.

Portanto, o relacionamento dele com o Tam Mossman foi muito valioso, pois eliminou boa parte dessa natureza imprevisível da escrita autónoma — principalmente quando se tratava de projetos como livros, em vez de contos, e ainda mais numa área que era controversa. Em suma, ele sentia que aquela era uma estrutura bastante segura e adequada, independentemente de conseguir ou não melhores condições financeiras noutro lugar ou de outras formas. No entanto, há muito tempo ele decidiu por ti e pela escrita dele.

(Pausa.) Esse material deve ser lido em conjunto com as sessões que mencionei acima, que tratam das ideias dele sobre trabalho e criatividade. Sentiu-se ameaçado pelos desentendimentos do ano passado sobre contratos, pelas menções frequentes da Tam de que poderia sair. A questão de Yale levou-o, à maneira dele, a pensar no trabalho como se fosse uma instituição — cada palavra registada — de modo que ele só escreveria aquilo que quisesse que as outras pessoas soubessem; isso, por sua vez, acabou por desincentivar um pouco a espontaneidade da expressão.

Não estou necessariamente a concordar — apenas a expor a reação dele. Por outro lado, essa aliança parecia trazer algum tipo de prestígio. Ele também achava que as minhas ideias em *Manifestações em Massa* e as ideias dele em *O Deus da Jane* estavam praticamente fadadas a gerar alguma controvérsia desde o início — por motivos que ele próprio elaborou em grande parte — e isso está relacionado no livro dele. O último problema da isenção de responsabilidade simplesmente encaixa no mesmo padrão e, portanto, soma-se a ele. Mas todos esses problemas envolvem sentimentos e crenças dele sobre trabalho e criatividade. Quaisquer problemas contigo também envolvem trabalho e criatividade, juntamente com as expectativas que tinham um do outro — não apenas nos papéis de marido e mulher, mas como parceiros e colegas nos vossos esforços artísticos.

De um modo geral, o ser é a sua própria recompensa — não que não haja outras, mas o ser, obviamente, torna todas as tuas experiências possíveis, de modo que não se pode amarrar o ser a um pacote de trabalho apenas, independentemente da natureza do trabalho. Tudo isto remete à ideia de que a existência precisa de ser justificada — e às primeiras ideias

do Ruburt de que a escrita justificaria a sua vida — mas a escrita deve expressar a vida e é uma expressão do ser: uma expressão da espontaneidade, uma expressão da emoção, do corpo e da mente *(todos atentos)*.

Os primeiros escritos dele e os melhores escritos posteriores são resultado dessa perceção — quando ele se esquece das ideias sobre a responsabilidade do nosso trabalho, ou de quão respeitável ele deve parecer, e simplesmente o faz porque é uma expressão natural do seu ser — uma expressão entre outras. Pintura e poesia, limpar a casa, tratar dos impostos, fazer tarefas domésticas — tudo isso são expressões do ser. Acrescentam qualidade e textura ao ser. Aumentam a sua qualidade, a sua textura. Fazem parte da arte da vida. São o material bruto de onde a arte provém, quer consigas ou não ver as ligações num dado momento.

Agora, as ancas do Ruburt estão definitivamente a mudar de posição. Certas articulações, que funcionavam muito mal, estão a soltar-se, permitindo que partes do corpo se movimentem em novas direções. O corpo dele está a impulsionar-se para cima. Muito trabalho é feito quando ele está deitado. Pode ser desconfortável, mas é muito menos desconfortável com compreensão e um pouco de paciência. Ele assusta-se, pelas razões que apresentei noutras sessões, e, mais uma vez, ele pode usar o máximo de segurança que lhe possas dar — e muita compreensão. E quanto melhor for a comunicação entre vocês, melhor será toda a situação.

Vocês os dois devem tentar ter uma perspetiva mais ampla. É claro que passam por períodos em que utilizam o Plano subjetivo com mais proficiência do que noutros momentos, mas lembrar-se, durante uma conversa, da existência e da importância do Plano subjetivo pode ser uma ajuda inestimável. Nos próximos dias, pede ao Ruburt que leia esse grupo de sessões. Aprecia o comportamento íntimo da vida, as compensações disponíveis e o vosso relacionamento, que oferece mais soluções criativas do que imaginas. Vocês os dois devem ser mais espontâneos *(sussurrando)* com toques e conversas amorosas, e perceber que até mesmo as dificuldades existem em ambientes ricos de existência, nos quais vocês não estão isolados. Estão no fluxo da vida, porque estão vivos.

Esta será uma sessão curta, mas, como sempre, poderá ajudar-te consideravelmente se fizeres mais do que apenas lê-la — leva-a a sério também. Vocês os dois têm objetivos na vida. Estão a enfrentar questões que teriam de enfrentar de qualquer forma e estão a lidar com os desafios

envolvidos. Portanto, confia que, apesar das dificuldades, estás a fazer o que te propuseste a fazer — e lembra-te de que as dificuldades não são absolutas e evita pensar nelas em termos absolutos. Fim da sessão. Uma boa noite — e não desistam de vocês mesmos.

Agora, algumas observações gerais, relacionadas com o tipo de aldeias em Itália que tanto despertaram o teu interesse. Havia muitas dessas aldeias nas montanhas na época de Nebene e do teu soldado romano — e eram muito semelhantes às aldeias recentemente destruídas pelo terramoto. Essas comunidades lidavam com uma estrutura diferente de consciência — uma estrutura que, de certa forma, agora está fora de sintonia com a vossa espécie. Já referi que a psicologia moderna, na verdade, enganou as pessoas, tentando encaixar-se nas crenças darwinistas.

Esses vilarejos italianos exemplificavam, na verdade, um tipo de consciência, ou uma orientação de consciência, que existia antes da psicologia moderna e da crença darwiniana: uma estrutura de consciência e de experiência que era, no geral, semelhante no passado recente e na época dos romanos — ou seja, que existiu de forma contínua até ao presente.

Não se tratava apenas do facto de as pessoas estarem mais ligadas à terra — embora isso fosse verdade — mas tinham também um tipo diferente de extensão psicológica, não apenas com a natureza, mas no e com o próprio tempo. Se estavam isolados em termos espaciais, estendiam a sua imaginação e, até certo ponto, as suas vidas e emoções, tanto para o passado como para o futuro, de uma forma que a psicologia moderna tornou muito mais difícil.

Ainda assim, embora essas pessoas do vilarejo tenham vivido plenamente na sua época, não foram tocadas pela tecnologia moderna e, por isso, mantiveram os seus próprios costumes. Eles e a terra pareciam um só — partilhando as estações do ano, o trabalho diário — mas mais do que isso: os seus pais e antepassados, e geralmente muitas gerações passadas de determinadas famílias, vinham da mesma zona. As pessoas viviam em casas que tinham sido partilhadas pelos mais velhos, que por sua vez as haviam herdado de outras gerações — de modo que a experiência diária e os acontecimentos familiares não eram tão restritos ao presente, nos vossos termos.

Os antepassados haviam trabalhado nos mesmos campos, percorrido os mesmos caminhos — e, nesse sentido, o passado permanecia aberto, não fechado. As pessoas acreditavam que esses antepassados ainda existiam no

céu cristão — ou, antes, no equivalente romano — e também acreditavam que essa dimensão os aguardava para lhes dar uma extensão adicional da existência após a morte. Isso proporcionava-lhes um tipo diferente de estrutura temporal, do ponto de vista psicológico, com o qual qualquer camponês podia relacionar-se.

A pessoa comum, por exemplo, no mundo ocidental, não pode relacionar-se com um passado darwiniano da mesma forma — e a psicologia roubou-lhe qualquer extensão pessoal de futuro depois da morte. Assim, na vida prática, a maioria das pessoas modernas tem liberdade de extensão no espaço, mas muito menos no tempo. Os camponeses, claro, trabalhavam em estreita colaboração com a terra e com as estações — com o tempo natural da Terra — e, mesmo que esse trabalho parecesse fazer o tempo passar mais depressa, no geral, o sentido de tempo presente incluía uma dimensão rica tanto do presente como do passado, de tal forma que, nos seus termos, o tempo parecia mais longo por contraste — mais rico — quando as pessoas se deitavam cedo, sem a eletricidade da noite.

Eram pessoas sem instrução formal. De certa forma *(pausa longa)*, nesse último desastre, eles levaram a terra com eles nas suas mortes. A terra — que é o ambiente — e a consciência, nos termos deles, faziam parte uma da outra de forma tão forte que as suas energias se fundiram *(pausa)* para provocar as condições do terramoto.

Houve um enterro em massa — terra e pessoas juntas, uma dobra de consciência sobre si mesma, de energias sobre energias, quando essas pessoas perceberam que o seu tipo de existência já não poderia ser mantido. Aqueles que sobreviveram reagiram à moda antiga, trabalhando arduamente para reconstruir, recusando um abrigo melhor — mas os tempos tinham, de facto, mudado. Os equilíbrios da natureza, da cultura, da comunicação e do transporte alteraram-se a tal ponto que resultaram numa pobreza real, e não apenas em condições de vida básicas, mas adequadas. As pessoas comparavam-se agora com o resto do mundo… mas esses vilarejos eram, novamente, muito semelhantes aos da época de Nebene e do soldado romano.

Tinham sido saqueados algumas vezes por soldados romanos errantes do império de Roma. Alguns dos próprios soldados haviam sido recrutados nessas áreas, deixando as famílias para trás e os velhos para fazerem o trabalho. Ainda assim, naquela altura, não eram tão isolados — cavalos, carroças e animais podiam viajar pelas montanhas, e isso era comum em

toda a região, enquanto hoje, por exemplo, as estradas são más e, às vezes, intransitáveis para automóveis.

No entanto, essas cidades representam para ti esse tipo diferente de orientação. Era uma orientação que Nebene conhecia e respeitava — e da qual o soldado romano zombava, porque mesmo naquela época ele considerava aqueles velhos costumes ultrapassados. Uma vida inteira — qualquer que fosse a sua duração — parecia mais longa naquela altura do que agora, pois era psicologicamente prolongada por essa extensão rica, tanto para o futuro como para o passado. As pessoas, mesmo antes do terramoto, relacionavam-se de forma imaginativa não apenas com os seus antepassados, mas com os filhos dos seus filhos depois da sua própria morte — uma vez que esses filhos viviam as suas vidas nos mesmos sítios, na mesma terra.

No entanto, toda a estrutura começou a ruir, e a pobreza começou a dominar os condenados. Houve muitas razões para isso, mas principalmente o relacionamento entre o povo da aldeia e o resto do mundo ficou demasiado desgastado, esticado além do possível. *(Pausa.)* O soldado romano participou em várias escaramuças numa dessas aldeias, roubando gado para os seus companheiros. Nebene escondeu-se dos romanos numa dessas aldeias. Os camponeses protegeram-no. Portanto, há diferentes ligações emocionais nesse sentido.

Não é preciso dizer que essas pessoas não eram inovadoras. Tinham pouca utilidade para o saber dos livros. As pessoas que se destacavam por serem excecionalmente inteligentes eram vistas com desconfiança e raramente se enquadravam. Geralmente acabavam por ser forçadas a sair — ou então partiam por se sentirem demasiado isoladas no seu próprio ambiente. As mudanças eram mal recebidas. Antigamente, pagavam o tributo que tinham de pagar ao governo, mas, fora isso, mantinham os seus próprios costumes — o mesmo se aplicava às aldeias que foram destruídas.

Não quero que pensem que estou a idealizá-los, pois os seus modos não eram particularmente dóceis — mas a sua experiência do tempo era uma veia de riqueza que hoje se tornou muito rara, uma experiência da qual vocês tinham, pelo menos, alguma consciência nos vossos próprios episódios reencarnatórios.

Agora, pelo contrário, sentem que têm de viver tudo entre o nascimento e a morte — que têm de se apressar para realizar tudo — de tal

forma que o próprio tempo se encurta. A vida parece não ter passado atrás nem futuro à frente, e, por isso, a própria identidade parece mais limitada.

Esse sentimento específico é relativamente recente na história, tal como a conhecem, pois quase todas as culturas do passado tinham as suas extensões de identidade incorporadas — que incluíam uma dimensão de realidade, de um tipo ou de outro, da qual cada indivíduo emergia e para a qual regressava. Essa estrutura podia trazer consigo problemas potenciais, mas, em geral, existiam formas de contornar esses problemas, definidas pela religião ou pelos costumes da cultura.

O fogo do inferno, por exemplo, dificilmente apresentava uma extensão desejável — mas antes do inferno havia sempre a esperança de que o pecador se arrependesse; e, mesmo que o inferno se tornasse o temido destino futuro, preservava, ainda assim, a natureza da consciência humana envolvida. A psicologia e a evolução, tematicamente, cortam a existência do homem com a morte.

(Pausa longa) Nebene tinha uma aversão académica pelos camponeses, mas ao mesmo tempo nutria um respeito sólido pela estrutura geral da sua existência. Por um lado, tinha tendência para os idealizar pelo seu amor à natureza; por outro, desprezava um pouco a sua falta de amplitude intelectual. O soldado romano compreendia-os muito melhor, pois vinha da mesma cepa.

(Pausa longa) Refiro estas ideias sobre o tempo também agora porque encaixam bem na tua preocupação pessoal com o tempo — como usá-lo, e tudo o mais. *(Pausa)* Nebene também poderia dar-te mais informações sobre estas questões, se tiveres tempo *(divertido)*.

Tens alguma pergunta?

("Reli algumas dessas sessões de 1973.")

Vocês os dois podem usá-las agora, tal como fizeram na altura. Não pensem nelas como informações do passado que, em "todo este tempo", deveriam ter aproveitado melhor — pois o tempo, como veem, não se comporta assim. *(Pausa longa)* Há ritmos na vossa experiência, e certas informações surgem de novo na vida, de maneiras que, de certa forma, não haviam sido percebidas antes. Mas, em tudo isto, deves entender que qualquer caminho que tenhas tomado nesse intervalo foi, à sua maneira, um caminho apropriado — não, digamos, um caminho errado.

Esta diferença de atitude é muito importante.

Na estrutura geral, todos os erros aparentes são, na verdade, redimidos — formam sínteses criativas de um tipo próprio, que conduzem a compreensões e desenvolvimentos futuros que superam quaisquer problemas que tenham enfrentado. Ainda assim, beneficiarão muito se lerem e discutirem essas sessões juntos.

Agora, desejo-vos uma boa noite.

("Boa noite, Seth.")

(Tudo muito bem, suponho. Concordei com as observações finais de Seth sobre a nova criatividade que surge das nossas experiências — mas essa verdade, por si só, não parecia aliviar muito a profundidade do sentimento que me assaltou ao reler as sessões de 1973.

(É curioso que não devamos agora concentrar-nos no problema, mas sim estudar e discutir o material antigo… Na forma como entendo o dilema atual, a longo prazo, quanto mais bem-sucedida Jane se torna como escritora, mais sente que precisa dos sintomas para a manter acorrentada à secretária, para eliminar todas as distrações. No curto prazo, os nossos problemas recentes com a Prentice-Hall — especialmente a decisão de Tam de deixar a Prentice a tempo inteiro — desencadearam as reações mais recentes de Jane nos quadris e nas pernas. Ao mesmo tempo, o seu corpo tenta desesperadamente reafirmar-se, enquanto ela se sente ameaçada pelos acontecimentos que decorrem da Prentice — e, por isso, quer manter-se ancorada.

(Enquanto fazia as compras de Natal esta tarde, Jane telefonou a Tam; ele acabara de receber a nossa carta sobre a isenção de responsabilidade. Ao que parece, a discussão em torno da cláusula médica do Mass Events poderá estar a caminho de uma solução. Tam gostou da carta.)

SESSÃO APAGADA

10 de dezembro de 1980

(Depois do jantar desta noite, li algumas dessas sessões privadas de 1973 a que o Seth se referiu na sessão APAGADA de segunda-feira à noite. A Jane marcou três — de 10 a 24 de setembro — como particularmente boas. São mesmo. Mas achei que uma anterior, de 30 de junho de 1973, era ainda melhor, talvez mais básica.

(Esta tarde a Jane disse-me que apanhara do Seth material sobre as aldeias italianas pobres que foram destruídas no grande terramoto de 23 de novembro. Como referido, estou bastante interessado nessa zona, embora não apenas no nosso enquadramento temporal presente. (Mais uma vez era evidente que a Jane não se sentia bem antes da sessão começar, embora a sua dicção tenha sido bastante firme e por vezes vigorosa. Mexia-se frequentemente na cadeira enquanto falava pelo Seth.)

Bem — algumas observações gerais, relacionadas com os tipos de aldeias em Itália que tanto prenderam o teu interesse. Havia muitas aldeias desse tipo nas montanhas, nos tempos globais de Nebene e do teu soldado romano, e eram muito, em caráter, como as aldeias recentemente destruídas no terramoto. Lidavam com um enquadramento diferente de consciência — um que hoje está algo fora de caráter para o vosso tipo. Mencionei que a psicologia moderna, na verdade, te "roubou", ao tentar encaixar-se em crenças darwinistas. Aquelas aldeias italianas exemplificavam verdadeiramente um tipo de consciência, ou uma orientação da consciência, que existia antes da psicologia moderna e da crença darwinista: um enquadramento de consciência e experiência que era, no geral, semelhante no passado recente e no tempo dos romanos — ou seja, que persistiu até ao presente.

Não é apenas que as pessoas se relacionassem mais com a terra — embora o fizessem — mas que tinham um tipo diferente de extensão psicológica, não só com a natureza, mas no e com o próprio tempo. Se estavam isolados em termos espaciais, estendiam a imaginação e, em certa medida, as suas vidas e emoções, tanto para trás no passado como para diante no futuro, de maneiras que a psicologia moderna tornou muito difíceis.

Embora essas pessoas aldeãs vivessem na vossa era, estavam, no entanto, largamente intocadas pela tecnologia moderna e, assim, mantinham os seus próprios modos. Elas e a terra pareciam uma só, partilhando as estações presentes, o trabalho diário — mas, mais do que isso, os seus pais e avós e, geralmente, muitas gerações passadas de determinadas famílias vinham da mesma zona. As pessoas viviam em casas partilhadas pelos mais velhos que tinham sido, antes, partilhadas pelos seus mais velhos, recuando pelas linhas familiares, de modo que a experiência

diária e o incidente familiar não ficavam tão restritos ao presente, nos vossos termos.

Os antepassados trabalharam os mesmos campos, percorreram os mesmos caminhos e, nesse sentido, o passado era de "fundo aberto" em vez de fechado. As pessoas acreditavam que esses antepassados ainda existiam no céu cristão — ou, antes, no equivalente romano — e também acreditavam que tal dimensão os aguardava, oferecendo-lhes um prolongamento adicional da existência após as suas próprias mortes.

Isto proporcionava-lhes um tipo diferente de enquadramento temporal psicológico — um ao qual qualquer camponês se podia relacionar. O indivíduo comum, por exemplo, no mundo ocidental, não se consegue relacionar com um passado darwinista do mesmo modo, e a psicologia rouba-lhe qualquer extensão pessoal no futuro após a morte, pelo que, na vida prática, a maioria das pessoas modernas tem liberdade de extensão no espaço, mas menos no tempo. Os camponeses, claro, trabalhavam de perto com a terra e as estações, com o "timing" natural da Terra, e embora tal trabalho parecesse fazer o tempo passar mais depressa, no geral o sentido de tempo presente incluía uma dimensão rica tanto do presente como do passado, de modo que, nos vossos termos, pareceria mais longo por contraste — mais rico — quando as pessoas se deitavam mais cedo, sem a eletricidade noturna.

(21:51.) Eram pessoas iletradas. De certo modo *(pausa longa)*, neste último desastre, levaram a terra com eles nas suas mortes. A terra — que é o ambiente — e a consciência, nos vossos termos, das pessoas, eram parte umas das outras de forma tão forte que as suas energias se fundiram *(pausa)* para produzir as condições do terramoto.

Tiveste um enterro em massa — terra e gente em conjunto; um "dobrar-se-para-dentro" da consciência sobre si mesma, de energias sobre energias, quando essas pessoas perceberam que o seu tipo de existência já não podia ser mantido. Os que sobreviveram reagiram à moda antiga, suando para reconstruir, recusando abrigos melhores, mas os tempos tinham de facto mudado. Os equilíbrios da natureza, da cultura, da comunicação, do transporte, tinham-se alterado a tal ponto que resultara uma pobreza real — não apenas condições básicas simples mas adequadas. As pessoas comparavam-se, por vezes, com o resto do mundo, e muitos dos jovens começavam a partir, mas essas aldeias eram, repito, muito semelhantes às do tempo de Nebene e do soldado romano. Tinham sido pilhadas, por vezes, por soldados errantes do império de Roma. Alguns dos próprios soldados tinham sido recrutados dessas áreas, deixando as famílias para trás e os velhos a fazer o trabalho.

Não estavam, de certa forma, tão isoladas então, no entanto, pois cavalos e carroças, e por aí fora, podiam transitar por passos de montanha e

abundavam por toda a região — ao passo que hoje, por exemplo, as estradas são más e, por vezes, intransitáveis para automóveis.

As povoações representam, para ti, aquele tipo diferente de orientação. Era uma que Nebene conhecia e respeitava, enquanto o soldado romano escarnecia do que, mesmo então, considerava os "velhos modos". Uma vida, seja qual for a sua duração, parecia mais longa do que agora, pois era psicologicamente "alongada" por essa rica extensão simultânea para o futuro e para o passado. As pessoas, mesmo antes do terramoto, relacionavam-se imaginativamente não só com os seus próprios antepassados, mas com os filhos dos seus filhos, após as suas próprias mortes, à medida que esses descendentes viveriam as suas vidas nos mesmos locais, na mesma área de terra.

(22:09.) Contudo, toda a estrutura começava a tombar, e a pobreza alastrava aos "amaldiçoados". Há muitas razões, mas sobretudo a relação entre as pessoas das aldeias e o resto do mundo tensionou-se demais, esticou-se demais. *(Pausa.)* O soldado romano esteve em vários escaramuças numa aldeia desse tipo, roubando gado para os companheiros.

O Nebene escondeu-se numa aldeia dessas dos romanos. Os agricultores protegeram-no. Portanto, há diferentes ligações emocionais nesses sentidos.

É desnecessário dizer que tais pessoas não eram inovadoras. Tinham pouca utilidade para o estudo de livros. Pessoas invulgarmente inteligentes eram olhadas com suspeita e não se "encaixavam". Eram geralmente forçadas a partir de um modo ou de outro — às vezes simplesmente porque se sentiam tão isoladas no seu próprio meio. A mudança era malvista. Antigamente pagavam o tributo que tinham de pagar ao governo, mas de resto mantinham os seus modos — e o mesmo se aplica às aldeias que foram destruídas.

Não quero que penses que as estou a idealizar, pois os seus modos não eram particularmente gentis, mas a sua experiência com o tempo era uma veia rica de experiência que agora é muito invulgar — uma que tu, pelo menos, conheceste nos teus próprios episódios reencarnatórias.

Agora, por contraste, sentes que tens de encaixar toda a tua vida entre o nascimento e a morte, que tens de te apressar para fazer tudo, de modo que o próprio tempo é de facto encurtado. A tua vida parece não ter passado atrás de si nem futuro à frente, e assim a identidade, em si, parece "encurtada".

Esse sentimento particular é relativamente novo na história, tal como a compreendes, pois quase todas as culturas no passado tinham as suas extensões embutidas da identidade que incluíam uma dimensão de atualidade de uma ou outra espécie, da qual cada indivíduo emergia e à qual regressaria. Tal enquadramento podia estar cheio de potenciais

problemas, mas havia, geralmente, modos de vida para contornar esses problemas que eram especificados segundo a religião ou a cultura.

O fogo do inferno, por exemplo, dificilmente apresenta qualquer extensão desejável — mas, antes do inferno, havia sempre a esperança de que o pecador se arrependesse e, mesmo que o inferno se tornasse o futuro temido, preservava ainda a natureza da consciência humana envolvida. A psicologia e a evolução, tematicamente, limitam simplesmente a existência do homem à morte.

(Pausa longa às 22:25.) O Nebene tinha uma aversão de "erudito" pelos camponeses, mas também possuía um respeito sólido pelo enquadramento global da sua existência. Tinha tendência, por um lado, a idealizá-los pelo amor à natureza e, por outro, a desprezar um pouco a falta de "largura" intelectual. O soldado romano compreendia-os muito melhor, pois era, originalmente, do seu mesmo "estoque".

(Pausa longa.) Menciono agora estas ideias sobre o tempo porque se ajustam muito bem à vossa preocupação pessoal conjunta com o tempo — como o usar, e por aí fora. *(Pausa longa.)* O Nebene também vos poderia dizer mais sobre tais questões se alguma vez arranjarem tempo *(divertido).*

Tens alguma pergunta?

("Reli algumas daquelas sessões de 1973.")

Podem ambos tirar partido delas agora, como fizeram então. Não as encarem como informação "no passado" que "em todo este tempo" deviam ter usado melhor — pois o tempo, como vês, não se comporta assim. *(Pausa longa.)* Há ritmos na vossa experiência, de modo que alguma informação surge fresca e nova na vida/experiência que, de certas maneiras, tinhas "ignorado" antes. Mas, em tudo isto, deves compreender que, qualquer que tenha sido o rumo seguido entretanto, foi, à sua maneira, um rumo adequado — não, digamos, um errado.

Esta diferença de atitude é extremamente importante.

Na estrutura global, todos os erros aparentes são, de facto, redimidos, formando sínteses de criatividade da sua própria espécie, conduzindo a compreensões e desenvolvimentos futuros que, digamos, ofuscam quaisquer problemas que possas ter encontrado. Ambos beneficiarão, porém, se lerem — e depois discutirem em conjunto — essas sessões.

Agora despeço-me com um afetuoso boa noite.

("Boa noite, Seth."

(22:38.) Tudo muito bem, suponho — concordei com as observações finais do Seth sobre novas criatividades a surgir das nossas experiências, mas essa verdade não parecia ter feito muito para aliviar a profundidade do que senti ao reler aquelas sessões de 1973.

(Interessante que não devamos agora focar o problema, e ainda assim devamos estudar e discutir o material antigo… Tal como entendo o dilema atual, a longo prazo, quanto mais bem-sucedida a Jane se torna como

escritora, mais ela sente que precisa dos sintomas para se manter acorrentada à secretária, cortando todas as distrações. A curto prazo, os nossos problemas recentes com a Prentice-Hall, especialmente os que giram à volta da decisão do Tam de sair da Prentice a tempo inteiro, desencadearam as reações mais fracas da Jane relativamente às ancas e pernas. Ao mesmo tempo, o corpo dela tenta desesperadamente reafirmar-se, enquanto ela se sente ameaçada pelos acontecimentos decorrentes da Prentice e, por isso, quer continuar a "apertar o garrote".
(Enquanto eu fazia compras de Natal esta tarde, a Jane ligou ao Tam; ele acabara de receber a nossa carta de ressalva. Parece que a discussão sobre a nota médica de Mass Events pode estar a caminho de solução. O Tam gostou da carta.)